

REGINA RODRIGUES DE OLIVEIRA

**MEIOS DE VIDA E PRODUÇÃO DE ALIMENTOS: QUANDO A PAISAGEM
DIVERSIFICA, O PRATO FICA COLORIDO**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Viçosa, como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação em Extensão Rural, para obtenção do título de *Magister Scientiae*.

VIÇOSA
MINAS GERAIS - BRASIL
2013

Ficha catalográfica preparada pela Seção de Catalogação e
Classificação da Biblioteca Central da UFV

T

O48m
2013

Oliveira, Regina Rodrigues de, 1968-

Meios de vida e produção de alimentos : quando a paisagem
diversifica, o prato fica colorido / Regina Rodrigues de Oliveira.
– Viçosa, MG, 2013.

xv, 168 f. : il. (algumas color.) ; 29 cm.

Inclui anexos.

Inclui apêndice.

Orientador: Maria Izabel Vieira Botelho.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Viçosa.

Referências bibliográficas: f. 133-141.

1. Trabalhadores rurais - Nutrição. 2. Ecologia agrícola.
3. Alimentos - Consumo. 4. Desenvolvimento sustentável.
5. Hábitos alimentares. I. Universidade Federal de Viçosa.
Departamento de Economia Rural. Programa de Pós-Graduação
em Extensão Rural. II. Título.

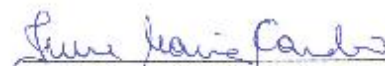
CDD 22. ed. 338.1

REGINA RODRIGUES DE OLIVEIRA

**MEIOS DE VIDA E PRODUÇÃO DE ALIMENTOS: QUANDO A
PAISAGEM DIVERSIFICA O PRATO FICA COLORIDO**

Dissertação apresentada à Universidade
Federal de Viçosa, como parte das
exigências do Programa de Pós-
Graduação em Extensão
Rural, para obtenção do título de *Magister
Scientiae*

APROVADA: 26 de junho de 2013.


Irene Maria Cardoso


Rennan Lanna Martins Maia


Maria Izabel Vieira Botelho
(Orientadora)

DEDICATÓRIA

Aos meus filhos, Luiza e Fabio, presentes Divino!
À Irene Maria Cardoso, mestra, conselheira, exemplo e amiga de todas as horas!

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar quero agradecer, à Energia Suprema a qual eu chamo de Deus e que até aqui foi meu grande regente. De maneira muito especial agradeço às agricultoras e agricultores da Zona da Mata mineira, especialmente aquelas e aqueles que me receberam em suas casas, contaram suas histórias de vida, e dedicaram parte do seu tempo a ajudar a construir este trabalho, os quais considero co-autores desta dissertação.

Um agradecimento, também, muito especial à minha orientadora, professora Maria Izabel Vieira Botelho, a quem serei eternamente grata pelas orientações acadêmicas e pelas lições aprendidas. Agradeço também às professoras Irene Maria Cardoso, Luciana F. Rocha Sant'Ana e France Maria Gontijo, e aos professores Marcelo Miná Dias e Rennan Lanna Martins Mafra pelas contribuições efetivas nas diversas etapas deste trabalho.

Da mesma forma, agradeço ao Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata – CTA-ZM, que possibilitou meus primeiros contatos com estes agricultores, e disponibilizou os diversos relatórios digitais e materiais impressos, parte desta pesquisa, e pelas conversas com a equipe técnica que contribuíram para a escolha do campo de pesquisa e para a minha formação.

Agradeço ainda, às amigas e amigos com os quais compartilhei minhas angústias pelo retorno à atividade acadêmica após quase duas décadas fora dela, vocês foram imprescindíveis!

Agradeço à minha família, irmãos, sobrinhos, tios e primos! De maneira muito especial ao meu pai, o agricultor familiar Braz, *in memoriam*, por ter me ensinado a tocar o solo com as próprias mãos e entender os diversos significados da agricultura. À minha mãe, Antônia com quem aprendi a respeitar os alimentos. Dentre meus queridos onze irmãos, quero agradecer de forma especial ao Vicente, por me apresentar Viçosa e pelo carinho e cuidado ao longo de todos estes anos. A Mariana, que de Lagamar, busca manter toda a irmandade conectada e harmonizada. Ao meu compadre Adão, por continuar na Fazenda Boa Vista cuidando da terra e da nossa mãe. Também de forma especial, agradeço à minha irmã Vani, minha professora nos anos iniciais do fundamental, que partiu precocemente, quando eu elaborava a escrita final deste trabalho.

Agradeço à Universidade Federal de Viçosa, onde me graduei em Nutrição, e que novamente me recebeu para aprofundar meus conhecimentos.

Agradeço ao Arne e Irene, Cristine Muggler, Alice e Simões, Ivone e Preguinho pela acolhida e pela amizade. A toda a família Ferreira pelo carinho e pelas inúmeras refeições compartilhadas.

Agradeço aos amigos do CRN9 pela compreensão nos diversos momentos em que estive ausente.

Agradeço a todos os funcionários do DER, em especial à Carminha e Romildo, pela dedicação e profissionalismo.

Agradeço a CAPES pela bolsa de estudos que contribuiu para a minha manutenção em Viçosa.

Agradeço ao CNPq por financiar os “*Intercâmbios agroecológicos*”, parte desta pesquisa.

Finalmente, agradeço a todos que ao longo da minha vida fui (re) encontrando, e que de algum modo contribuíram para a minha formação.

BIOGRAFIA

No dia treze de novembro de 1968, enquanto uma parte do Brasil vivia um tumultuado momento de ditadura militar, em outra parte distante, onde quase ninguém compreendia o significado desta turbulência política, na Fazenda Boa Vista, município de Lagamar, a Sr.^a Antônia dava a luz à sua sexta cria que recebeu o nome de Regina Rodrigues de Oliveira.

Precocemente, participou das atividades do Clube 4 S, e sonhava em ser extensionista.

Em 1986, com a perspectiva de estudar na UFV, mudou-se para Viçosa. Foi morar com o irmão. Neste ano conheceu a proposta construtivista de educação, trabalhando como professora em uma Escola alternativa. Concluiu o ensino médio em Viçosa. Ainda neste ano, conheceu o grupo de agricultura alternativa e esta relação continua até os dias atuais.

Durante os anos de UFV participou ativamente do movimento estudantil e dos movimentos sociais da cidade, onde começou a sua participação nos movimentos pela Segurança Alimentar e Nutricional. Foi candidata a vereadora pelo Partido dos Trabalhadores.

Após concluir o curso de nutrição foi trabalhar em Belo Horizonte. Em 1998 teve seu sonho de extensionista fracassado, pois após passar em terceiro lugar na prova de conhecimentos, foi reprovada no teste psicológico por estar acima do perfil solicitado pela EMATER-MG.

Em 1999, nasce a sua filha, Luíza.

Em 2000, em Poços de Caldas, nasce seu filho, Fabio. Em Poços de Caldas foi representante titular do executivo municipal no Conselho Municipal de Saúde e Conselho de Alimentação Escolar; em seguida responsável pelo Programa Municipal de Alimentação Escolar, e em 2001, Coordenadora da Comissão Regional de Segurança Alimentar Sul de Minas I.

Em 2003, para viver perto de seus filhos, voltou para Belo Horizonte e foi trabalhar na Prefeitura de Belo Horizonte (PBH), na Secretaria Municipal de Abastecimento.

Em 2008 é eleita conselheira para a primeira gestão do Conselho Regional de Nutricionistas de Minas Gerais, compondo a primeira diretoria. Neste mesmo ano é demitida da PBH, por perseguição política.

Em 2009, foi trabalhar no Centro Colaborador da Alimentação do Escolar da Universidade Federal de Ouro Preto.

Em 2010, volta para Viçosa e trabalha na Assessoria de Movimentos Sociais da UFV.

Em 2011, inicia o mestrado no Programa de Pós-Graduação em Extensão Rural da UFV. Em 2013, conclui o mestrado e se apresenta para novas experiências.

ÍNDICE

	Página
LISTA DE TABELAS	vii
LISTA DE FOTOGRAFIAS	viii
LISTA DE MAPAS E QUADROS	ix
LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS	x
RESUMO	xii
ABSTRACT	xiv
3 1. INTRODUÇÃO	1
1.1 A Construção do Problema de Pesquisa	1
1.2 A Realidade Estudada: “meios de vida”, paisagens, e os manejos de agricultores em transição agroecológica dos municípios de Acaiaca e Divino	4
2. METODOLOGIA	9
3. AGROECOLOGIA: O CAMINHO PARA “MEIOS DE VIDA” MAIS SUSTENTÁVEIS	20
3.1 Introdução	20
3.2 <i>Meios de vida</i> : da teoria à prática dos agricultores agroecológicos	21
3.3 Diferentes trajetórias: um só destino	27
3.4 Estratégias alimentares e <i>Meios de Vida</i>	33
3.5 Como a Agroecologia alterou os “meios de vida” dos agricultores	38
4. QUANDO A PAISAGEM DIVERSIFICA, O PRATO FICA COLORIDO	45
4.1 Introdução	45
4.2 Paisagens alimentares e segurança alimentar e nutricional sustentável	47
4.3 Paisagens: um conceito dinâmico	49
4.4 Entra café, sai floresta, entra café, sai comida: a dinâmica das paisagens da Zona da Mata mineira	51
4.5 A paisagem da modernização agrícola	57
4.6 A paisagem como lembrança	63
4.7 Paisagem e Produção de Alimentos Agroecológicos	67
4.8 Sistemas agroecológicos: bagunça ou equilíbrio ambiental?	76
4.9 Paisagens e políticas públicas	80
5. SAÚDE E AGROECOLOGIA: QUANDO O ALIMENTO VIRA COMIDA	80
5.1 Introdução	82
5.2 Agroecologia e saúde: uma construção processual	83
5.3 A construção da Agroecologia em Acaiaca e Divino	87
5.4 Produção, consumo de alimentos, saúde e agrotóxicos	92

5.5	Alimento: da barriga cheia ao direito humano à alimentação adequada	98
5.6	Segurança alimentar e nutricional sustentável: do cultivo ao consumo	103
5.7	Preferência alimentar: estratégia ou construção social	117
5.8	Quando o alimento virou comida	122
5.9	Aproximações e diferenças do que se come em Acaiaca e Divino	123
5.10	Soberania alimentar: da semente ao prato	127
6.	CONSIDERAÇÕES FINAIS	133
7.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	

LISTA DE TABELAS

Página

TABELA 01 Tamanho das propriedades pesquisadas, em hectares, nos municípios de Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	31
TABELA 02 Origem das compras de alimentos pelos agricultores de Divino-MG, 2012.....	37
TABELA 03 Gasto mensal <i>per capita</i> com alimentação em Acaiaca e Divino-MG, 2012 ...	40
TABELA 04 Alimentos vendidos para o PNAE, no período de fevereiro a Junho de 2012, em Acaiaca e Divino-MG, e nº de famílias que comercializam esses produtos.....	42
TABELA 05 Principais alimentos que integravam as paisagens alimentares, da infância, dos entrevistados de Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	74
TABELA 06 Alimentos que integravam as paisagens alimentares, em Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	75
TABELA 07 Alimentos de origem animal consumidos pelas famílias pesquisadas em Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	95
TABELA 08 Preparações a base de cereais, leguminosas, raízes e tubérculos consumidos pelas famílias pesquisadas em Acaiaca Divino-MG, 2012.....	106
TABELA 09 Doces e quitandas consumidos, pelos agricultores, durante a pesquisa em Acaiaca e Divino-MG, 2012... ..	109
TABELA 10 Alimentos industrializados consumidos pelas famílias pesquisadas em Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	114
TABELA 11 Preparações à base de verduras e legumes consumidas durante a pesquisa em Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	116
TABELA 12 Frutas consumidas pelas famílias pesquisadas em Acaiaca e Divino-MG, 2012.....	119

LISTA DE FOTOGRAFIAS

Página

FOTOGRAFIA 01 Leitura de Jornal em Acaiaca-MG, 2012.....	33
FOTOGRAFIA 02 Sequência de máquinas agrícola utilizadas em lavoura de grande escala.....	52
FOTOGRAFIA 03 Sistema agroecológico da Roseli e Samuel, Araponga-MG, Fonte: Arne Janssen, 2012.....	52
FOTOGRAFIA 04 Produtos alimentícios no meio do cafezal, propriedade da Sr. ^a Valentina e Sr. Nei, Divino- MG, 2012.	56
FOTOGRAFIA 05: Horta no meio do Pomar na Propriedade da Marina e Salvador, Acaiaca-MG, 2012.....	67
FOTOGRAFIA 06 Sistema agroflorestal da Luiza e Paulo, Divino-MG, 2012.....	68
FOTOGRAFIA 07 Minhocários na propriedade da Sr. ^a Eva e Sr. Adão, Divino-MG, 2012...	69
FOTOGRAFIA 08 Prato montado com os alimentos disponíveis (arroz, feijão, angu, taioba refogada, salada de salsa e pó da folha de mandioca) para a refeição na casa da Marina e Salvador, Acaiaca-MG, 2012.....	70
FOTOGRAFIA 09 Prato colorido com arroz, feijão, angu, salada de couve e cheiro verde, tomatinho e carne moída. Residência da Marta e Luiz, Acaiaca-MG, 2012.....	71
FOTOGRAFIA 10 Diversidade alimentar: arroz, feijão, costelinha de porco, guisado de quiabo com chuchu, salada de alface, cenoura e cheiro verde. Residência da Bárbara, Acaiaca-MG, 2012.....	72
FOTOGRAFIA 11 Prato com os alimentos disponíveis: arroz, feijão, angu, frango caipira, farofa de cenoura com beterraba e cheiro verde, salada de couve. Residência da Sr. ^a Eva e Sr. Adão, Divino-MG, 2012.....	73

LISTA DE MAPAS E QUADROS

	Página
MAPA 01 Mesorregiões do Estado de Minas Gerais.....	5
QUADRO 01 Indicadores de sustentabilidade dos meios e vida e dos agroecossistemas.....	23
QUADRO 02 Critérios elaborados por agricultores de Divino-MG para serem considerados agroecológicos e Indicadores de sustentabilidade dos <i>Meios de Vida</i> e dos agroecossistemas.....	24

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
ATER	Assistência Técnica e Extensão Rural
BDMG	Banco de Desenvolvimento de Minas Gerais
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CIP	Comitê Internacional de Planejamento da Sociedade Civil pela Soberania Alimentar
CONSEA	Conselho Nacional de Segurança Alimentar
CONSEA-MG	Conselho Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional do Estado de Minas Gerais
CRN9	Conselho Regional de Nutricionistas da Nona Região
CRESOL	Cooperativa de Crédito Solidário
CPT	Comissão Pastoral da Terra
CTA-ZM	Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata
DDT	Dicloro-Difenil-Tricloroetano
DER	Departamento de Economia Rural
DHAA	Direito Humano a Alimentação Adequada
EBIA	Escala Brasileira de Medida de Insegurança Alimentar
EMATER-MG	Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural do Estado de Minas Gerais
FAO	Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação
FASE	Federação de Órgãos para a Assistência Social Educacional
FNDE	Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
Ha	Hectare
IBAMA	Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis
IBC	Instituto Brasileiro do Café
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IDH	Índice de Desenvolvimento Humano
IOF	Imposto Sobre Operações Financeiras
LOSAN	Lei Orgânica da Segurança Alimentar
MAPA	Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento
NIEG	Núcleo Interdisciplinar de Estudos de Gênero
OMS	Organização Mundial de Saúde
ONGs	Organizações Não Governamentais
ONU	Organização das Nações Unidas
PARA	Pesquisa de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos
PEC	Proposta de Emenda Constitucional
PIDESC	Pacto Internacional dos Direitos Econômicos, Sociais e Culturais

PNAD	Pesquisa Nacional de Amostragem por Domicilio
PNHR	Programa Nacional de Habitação Rural
PNAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar
PNAN	Política Nacional de Alimentação e Nutrição
PNUD	Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento
SAFs	Sistemas Agroflorestais
SAN	Segurança Alimentar e Nutricional
SANS	Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável
UFV	Universidade Federal de Viçosa

RESUMO

OLIVEIRA, Regina Rodrigues de, M.Sc., Universidade Federal de Viçosa, junho de 2013. **Meios de Vida e Produção de Alimentos: quando a paisagem diversifica, o prato fica colorido.** Orientadora: Maria Izabel Vieira Botelho. Coorientadores: Luciana F. Rocha Sant'Ana, Rennan Lanna Martins Mafra.

A segurança alimentar e nutricional sustentável tornou-se um tema importante nos debates sobre saúde desde a década de 1990 e, passou a se destacar nas políticas públicas, a partir de 2003. No entanto, a saúde dos brasileiros continuou em risco e, de modo geral, está cada vez mais comprometida, inclusive pelo consumo de alimentos de baixo valor nutricional e com elevada contaminação química. Diante disso, este estudo constituiu-se de uma análise dos *Meios de Vida* relacionados com as alterações no consumo alimentar promovidos pela Agroecologia, que implica em novos desenhos de paisagens, em dois municípios da Zona da Mata mineira, quais sejam: Acaiaca e Divino. Buscou-se, para tanto, efetuar esta análise em uma abordagem transdisciplinar, avaliando os aspectos biológicos e da saúde, culturais, ambientais e econômicos. O levantamento de dados inicial, a partir dos relatórios impressos e digitais do Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata, permitiu conhecer alguns detalhes da região em estudo e construir o roteiro da entrevista semiestruturada que foi realizada com as 18 famílias de agricultores, partícipes desta pesquisa. As entrevistas nos dois municípios possibilitaram uma comparação a partir da identificação de diferentes estratégias de *Meios de Vida*. Os focos principais de atenção nas análises foram: os desenhos das paisagens, os manejos adotados, o tipo e quantidade de alimentos produzidos, as práticas e hábitos alimentares antes e após a adoção da Agroecologia. Tomando por base os dados empíricos levantados, pode-se afirmar que a diversificação das paisagens alimentares possibilita uma alimentação mais variada, o que favorece a segurança alimentar e nutricional, além de reduzir os gastos com a aquisição de alimentos. Ao participar dos espaços de construção da Agroecologia como os *Intercâmbios Agroecológicos*, as oficinas e cursos promovidos pelo CTA-ZM e pelas organizações dos trabalhadores rurais da região, os *Meios de Vida* dos agricultores foram se modificando e as paisagens também foram modificadas incluindo novos elementos em grande parte, alimentos para as famílias ou para os animais. Com a Agroecologia, algumas estratégias de *Meios de Vida* adotadas pelos agricultores, relacionadas com os cultivos, tornaram-se ambientalmente menos impactantes e economicamente mais sustentáveis, o que tem contribuído para a permanência dessas famílias no meio rural. Pode-se afirmar, ainda, que a Agroecologia possibilitou aos

agricultores maior autonomia alimentar, além de melhorar o estado geral de saúde ao diversificar a oferta de alimentos, estimular o consumo de alimentos saudáveis e possibilitar o acesso a informações sobre saúde e qualidade de vida.

ABSTRACT

OLIVEIRA, Regina Rodrigues, de M.Sc., Universidade Federal de Viçosa, June 2013.
Livelihoods and Food Production: When the landscape diversifies, the dish is colorful.
Advisor: Maria Izabel Vieira Botelho. Co-advisors: Luciana F. Rocha Sant'Ana and Rennan Lanna Martins Mafra.

Sustainable food and nutrition security has become an important topic in discussions on health since the 1990s and went on to be highlighted in public policies from 2003 on. However, the health of Brazilians is still at risk and, in general, is increasingly compromised by the consumption of low nutritional value foods and high chemical contamination. In this way, this study consisted of an analysis of livelihoods and changes in food consumption promoted by Agroecology practices from smallholders of two villages of the Zona da Mata of Minas Gerais: Acaiaca and Divino. We attempted to perform this analysis following a transdisciplinary approach, evaluating biological, healthy, cultural, environmental and economic aspects. With the data from field work and reports from the Alternative Technologies Center from Zona da Mata (CTA-ZM), it was possible to gather knowledge about the region and build a semi-structured interview which was conducted with 18 farming families, participants of this research. The interviews in the two areas allowed a comparison based on the identification of different livelihood strategies. The main focus of attention in the analysis were the outlines of the landscapes, the managements adopted, the type and amount of food produced, eating practices and habits before and after the adoption of the Agroecology principals. Based on the empirical data collected, it can be stated that the diversification of food landscapes enables a more varied diet, which improves food and nutritional security, besides reducing expenses with food purchases. At the same time, while farmers participate in the construction of Agroecology spaces, such as Agroecological exchanges, workshops and courses offered by CTA-ZM and organizations of rural workers in the region, the landscapes were also modified including new elements in much of the food for families and animals. With Agroecology, the livelihoods of smallholders have become less environmentally impactful and economically sustainable, contributing to the permanence of the families in rural areas. It can also be argued that the Agroecology practices allowed smallholders to have greater food autonomy, in addition to improving the overall health status as the supply of food was diversified, consumption of healthy foods was encouraged and access to information on health and quality of life was provided.

MEIOS DE VIDA E PRODUÇÃO DE ALIMENTOS: QUANDO A PAISAGEM DIVERSIFICA, O PRATO FICA COLORIDO

1. A Construção do Problema de Pesquisa

“...O acesso à alimentação é um direito humano em si mesmo, na medida em que a alimentação constitui-se no próprio direito à vida. Negar este direito é antes de mais nada, negar a primeira condição para a cidadania, que é a própria vida”¹.

A Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável (SANS), no Brasil, tornou-se um tema importante nos debates sobre saúde desde a década de 1990 e passou a se destacar nas políticas públicas a partir do ano de 2003, quando se inseriu na agenda política governamental a necessidade de garantir a todos os brasileiros o direito humano a alimentação adequada (DHAA). O debate acerca do tema ganhou novo fôlego com a promulgação da Emenda Constitucional nº 64, de 04 de fevereiro de 2010 (PEC 64), que alterou o art. 6º da Constituição Federal Brasileira de 1988, incluindo o direito à alimentação como direito social fundamental.

Apesar da existência de um aparato legal para a implementação da SANS, ela representa uma arena de disputa para onde convergem diferentes interesses e concepções do que seria alimentação de qualidade. Nesta perspectiva, Poubel (2006) e Mendes (2009) afirmam que mesmo havendo instâncias voltadas para solucionar, e/ou minimizar problemas relativos à alimentação e saúde, esta permanece em risco e, de maneira geral, está cada vez mais comprometida, inclusive pelo consumo de alimentos com baixo valor nutricional e elevada contaminação química conforme teoriza Rigotto et. al. 2011. Vale ressaltar, que são os alimentos saudáveis que irão, em um primeiro momento, promover a saúde. Desse modo, Poubel (2006) entende que não há saúde sem alimentação de qualidade.

Para consumir alimentos de qualidade é preciso produzi-los com qualidade. Alguns autores como Gazzola, 2004; Gomes, 2005; De Schutter, 2011; Rigotto et al., 2011, acreditam que a Agroecologia apresenta os princípios necessários para a produção de alimentos com qualidade nutricional e em quantidade suficiente. A SANS e a Agroecologia possuem interfaces, em especial porque o alimento não deve ser entendido apenas como a matéria capaz de transformar-se em fonte de energia, essencial às funções vitais do organismo

¹ Relatório Brasileiro para a Cúpula Mundial da Alimentação, Roma, novembro 1996. In Valente, F.L.S, “Direito Humano à Alimentação: desafios e conquistas”. Cortez Editora, São Paulo, 2002. p. 137

humano, mas, também, como um dos principais mediadores da relação do ser humano com a natureza (VALENTE, 2002). Mas, para além da produção de alimentos saudáveis, tanto os princípios orientadores da Agroecologia, quanto os da SANS, ressaltam a importância da preparação, do consumo e da distribuição dos alimentos. Nesse panorama, o interesse, tanto da SANS, quanto da Agroecologia, é o sistema agroalimentar, que vai da produção ao consumo e inclui concepções ideológico-culturais inseridas em determinado tempo-espço (PLOEG, 2008).

E para analisar as alterações ocorridas nos agrossistemas dos agricultores inseridos nessa pesquisa, buscou-se compreender a dinâmica das paisagens associando-se as alterações dos *Meios de Vida* dos agricultores em diferentes momentos: antes da Revolução Verde, com a Revolução Verde e com os manejos agroecológicos. Neste, sentido a referência teórica proposta por Hebinck (2007), foi de grande relevância, uma vez que possibilitou analisar como os agricultores utilizavam os recursos que tinham disponíveis - tangíveis e intangíveis, sociais e naturais que as pessoas utilizam para viver, considerando as possibilidades de relacionamentos, as organizações sociais, redes e capitais disponíveis.

Considerando as observações feitas até aqui, deve-se salientar que, esta pesquisa procurou conhecer as atuais práticas alimentares dos agricultores em transição agroecológica dos municípios de Acaiaca e Divino-MG, visando a identificar se a agroecologia provocou mudanças na alimentação, como isso aconteceu e se houve impactos na Soberania e na SANS. A transição agroecológica foi entendida como um processo social que orienta relações mais equilibradas de sustentabilidade, produtividade, estabilidade e equidade na atividade agrícola, por meio de um processo multidimensional e complexo de ecologização gradativa das práticas agrícolas (COSTABEBER, 1998, 2001).

A partir dessa primeira identificação, objetivou-se compreender as relações dessas mudanças com os *Meios de Vida* desses agricultores e os redesenhos da paisagem ocorridos. : Nesse panorama, discutiu-se, especificamente: i) a relação entre o consumo de alimentos pelas famílias e a paisagem rural; ii) os motivos da exclusão de alimentos tradicionais no meio rural; e quais alimentos foram introduzidos em sua substituição; iii) a ocorrência da reintrodução de alimentos tradicionais em função das práticas agroecológicas e; iv) de que forma as receitas tradicionais locais puderam contribuir para a soberania e segurança alimentar e nutricional.

Como a produção do conhecimento orienta-se por determinadas concepções ideológicas, as quais definirão o modo de ver o mundo e de interpretar os fenômenos sociopolíticos e que não existe ciência neutra (Kosik, 1995, Alves, 2000, Rigotto et al., 2011), a minha experiência pessoal e profissional orientou sobremaneira a construção desta dissertação. A participação em programas e políticas públicas de segurança alimentar e nutricional, somada à minha participação em Conselhos de Segurança Alimentar e Nutricional, desde a década de 1990, e em movimentos sociais envolvidos na discussão sobre formas mais sustentáveis de agricultura, desde o ano de 1986, levaram-me a identificar questões que são problematizadas nesta dissertação.

Parafraseando Tschaarntke et. al. (2012), a maioria da população pobre contabilizada pelo mundo, sobrevive em áreas rurais com o mínimo ou quase nada no que se refere a terras com infraestrutura para serem cultivadas. E, não obstante a tudo isso, os mesmos autores enfatizam que a fome e as necessidades, pelas quais passam essas famílias, está diretamente relacionada ao tamanho das propriedades. Seguindo essa mesma linha de raciocínio, constata-se que, no mundo, 90% dos agricultores têm propriedades menores que dois hectares. Tal constatação, encontra respaldo no estudo do Banco Mundial, que diz que: 80% dos famintos existentes pelo mundo, vivem em países em desenvolvimento e: 50% daquele total são agricultores com pequenas parcelas de terras (WORLD BANK, 2007).

No Brasil, a Pesquisa Nacional de Amostragem por Domicílio - PNAD /IBGE (2004) apontou um maior grau de insegurança alimentar entre os domicílios rurais (43,6%) quando comparado com os urbanos (33,3%). Em 2009, a mesma PNAD mostrou que a população rural teve uma significativa melhora em seu perfil nutricional, embora proporcionalmente, o meio rural continue apresentando maior insegurança alimentar. Ressalta-se, ainda, que do total de domicílios rurais pesquisados, (35,1%) apresentaram algum grau de insegurança alimentar. No entanto, a PNAD identifica, principalmente, a pobreza como determinante desta insegurança, não abordando, pois, outros aspectos relacionados à insegurança alimentar como: o tamanho da propriedade, os sistemas produtivos e as práticas alimentares. Diante de tal constatação, empreendeu-se uma busca no sentido de saber se as estratégias de *Meios de Vida*, adotadas com a introdução das práticas agrícolas, provenientes dos manejos agroecológicos que resultam em novos desenhos da paisagem, contribuíram para a redução da insegurança alimentar e nutricional das populações rurais e de que forma isso acontecia.

1.2 A Realidade Estudada: *Meios de Vida*, paisagens, e os manejos de agricultores em transição agroecológica dos municípios de Acaiaca e Divino-MG e suas interfaces com a saúde

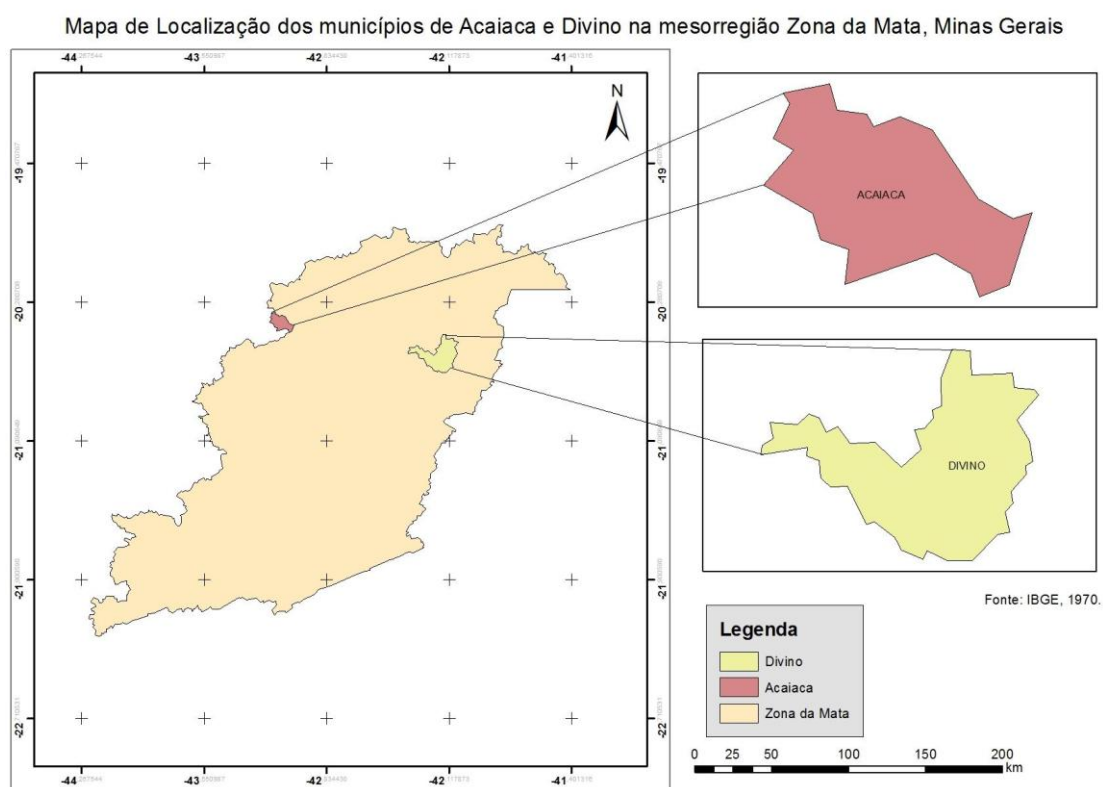
A reflexão teórica que norteou o olhar investigativo sobre a realidade dos agricultores em transição agroecológica e suas estratégias em busca da segurança alimentar, fundamentou-se em um percurso conceitual construído sob a égide de algumas abordagens. A primeira delas refere-se às questões ligadas à soberania e à SANS. Em seguida, utilizou-se da abordagem dos *Meios de Vida* investigando a relação dos *Meios de Vida* dos agricultores com os manejos adotados. Portanto, a abordagem agroecológica foi, nesse certame, outro ponto de grande relevância nesta reflexão. A partir disso, duas questões se evidenciaram: a problematização da paisagem em relação aos *Meios de Vida*, a partir da perspectiva agroecológica; e a correlação entre *Meios de Vida* agroecológicos, desenhos da paisagem e alterações na SANS e na soberania alimentar.

Justifica-se, pois, este trabalho, pela compreensão de que a alimentação adequada é direito fundamental do ser humano e pela constatação de que, uma parcela significativa da população brasileira continua em situação de vulnerabilidade alimentar. Ao mesmo tempo, verifica-se que as práticas agroecológicas na Zona da Mata mineira têm possibilitado alternativas importantes para a segurança alimentar, conforme observado nos relatórios dos *Intercâmbios Agroecológicos*² promovidos pelo CTA-ZM. Constata-se também, que determinadas unidades familiares de pequena extensão têm conseguido plantar, consumir e comercializar com soberania, utilizando práticas agrícolas diferenciadas e mais sustentáveis, buscando valorizar o conhecimento dos agricultores e suas práticas culturais (GAZOLLA, 2004; GOMES, 2005). Este trabalho justifica-se, ainda, na medida em que as reflexões suscitadas e as conclusões obtidas poderão contribuir para a ampliação dos debates acerca da insegurança alimentar, como também apontar alternativas que venham minimizar esses e/ou outros eventuais problemas que possam surgir na região, bem como fazer com que as

² Os *Intercâmbios Agroecológicos* são espaços de construção da Agroecologia promovidos por projetos de extensão universitária da UFV em parceria com o CTA-ZM e Sindicatos de Trabalhadores Rurais da região que buscam através da articulação entre agricultores/as, técnicos/as, professores/as e estudantes, momentos de discussão e intercâmbios de saberes tendo como ponto de partida as experiências desenvolvidas nas propriedades rurais. Nestes encontros vários problemas enfrentados pelas famílias foram solucionados através do compartilhamento de experiências entre os próprios agricultores.

experiências agroecológicas estudadas possam ser conhecidas, divulgadas e também ampliadas.

A região em estudo, Zona da Mata mineira (**Mapa 1**), é considerada a segunda mais carente do Estado. Sua população total é composta por 30,3% de pessoas carentes. O que significa dizer que esse percentual está abaixo da média nacional que é de 32,9% (IBGE, 2010). A região tem sido alvo de diversos impactos ambientais e sociais, principalmente a partir dos anos de 1960, quando a agricultura convencional, orientada pelo pacote tecnológico, com alta dependência de insumos químicos começa a ser difundida em diferentes áreas do país. Esses insumos industrializados, além de caros para os agricultores de unidades produtivas de pequenas extensões³, têm apresentado repercussões negativas tanto para a saúde dos agricultores e consumidores quanto para o ambiente (SOARES, 2010).



Mapa 01: Localização dos municípios de Acaiaca e Divino na mesorregião da Zona da Mata de Minas Gerais.

³ Compreende-se por unidades familiares de pequena extensão as propriedades menores de 20 hectares, onde a força de trabalho predominante é da própria família e a fonte de renda principal advém das atividades agropecuárias. Estas famílias residem, geralmente, nas propriedades e, algumas vezes, são também parceiros complementando sua renda por meio da divisão dos produtos colhidos. Em Acaiaca as propriedades visitadas têm em média 4,7 ha e em Divino 11 há.

Devido ao relevo acidentado da região, este modelo agrícola aumenta as erosões do solo e, conseqüentemente, diminui sobremaneira a produção. Em decorrência dos problemas ambientais, econômicos e sociais, alguns agricultores da Zona da Mata mineira têm buscado alternativas de produção, visando a sua permanência na terra. Eles têm adotado princípios agroecológicos relativos ao manejo de seus agroecossistemas, o que tem se apresentado como uma saída tanto para a SANS, na medida em que aumentam a quantidade e variedade produzida, como também assegurado maior qualidade da produção e aumento da renda. Nessa perspectiva, esses agricultores agroecológicos têm garantido uma produção mais sustentável tanto ambientalmente quanto economicamente (SOUZA et al., 2010). Entretanto, nenhum estudo na região havia sido feito no sentido de investigar a relação entre segurança alimentar e Agroecologia, e de como os manejos agroecológicos interfeririam na SANS desses agricultores.

Vale registrar que, em Acaiaca e Divino, existem agricultores agroecológicos ou em transição agroecológica inseridos nas ações extensionistas do Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata – CTA-ZM. O CTA-ZM, é uma organização não governamental, localizada em Viçosa-MG e que, há mais de 25 anos, vem desenvolvendo atividades, junto aos agricultores e suas organizações de representação, com ênfase nos manejos agrícolas mais sustentáveis, considerando as dimensões social, ambiental e econômica.

Em Acaiaca a maioria dos agricultores pesquisados possui pequenas extensões de terra e os cultivos são voltados principalmente para o consumo da família e, a partir de 2011, além do consumo familiar, parte da produção é destinada para a comercialização com o Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.

A população total do município de Acaiaca é de 3.924 habitantes, dos quais 2.553 residem na área urbana e 1371 na área rural (IBGE, 2010). O município ocupa uma área total de 102 km², representando 0.017% do estado e 0.011% da região. Portanto, o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) do município é de 0,678, sendo classificado pelo Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento – PNUD, como um município entre as regiões consideradas de médio desenvolvimento humano (IDH entre 0,5 e 0,8). Por outro lado, os dados do Censo Demográfico de 2010 mostram que 29,2% da população encontram-se entre a linha de indigência e pobreza e 21,8% está abaixo da linha da indigência.

Em Acaiaca, os agricultores começaram o processo de transição agroecológica em 2000, quando a Prefeitura Municipal de Acaiaca estabeleceu um convênio com o CTA-ZM, para a implantação de projetos ligados à Agenda 21⁴.

Já em Divino, alguns dos agricultores entrevistados já produzem de forma agroecológica há mais tempo. Alguns deles iniciaram sua transição agroecológica há mais de 25 anos. Embora estes agricultores tenham uma produção bastante diversificada, o café ainda representa a principal fonte de renda de seus sistemas produtivos, ao contrário de Acaiaca, que o café, quando presente, ocorre em pequena escala.

O município de Divino apresenta uma população total de 19.133 habitantes, dos quais 10.796 residem na área urbana e 8.337 na área rural (IBGE, 2010). A população rural está dividida entre 29 comunidades. A área total do município é de 338 km², representando 0.058% do estado e 0.037% da região. O Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) do município é de 0,692 (IBGE, 2010), e, assim como Acaiaca, está classificado pelo PNUD como um município entre as regiões consideradas de médio desenvolvimento humano. No município de Divino, os dados do Censo Demográfico de 2010 mostraram que 27,5% da população encontram-se entre a linha de indigência e pobreza; e 21,6% está abaixo da linha da indigência. Contudo, é um município que possui inúmeras riquezas naturais, o que pode favorecer inclusive ao turismo.

Para o desenvolvimento desta dissertação, utilizou-se de metodologias qualitativas buscando analisar comparativamente os agricultores em transição agroecológica, residentes nos municípios de Acaiaca e Divino e inseridos nas ações extensionistas do CTA-ZM.

Esta dissertação orienta-se teoricamente por três eixos principais: saúde e segurança alimentar; *Meios de Vida* e paisagens diversificadas. Estes três eixos estão estruturados em três capítulos centrais. Além disto, contém uma seção com a descrição da metodologia utilizada e, por fim, algumas considerações finais.

O primeiro capítulo intitulado “Agroecologia: um Caminho para *Meios de Vida* mais Sustentáveis”, teve como objetivo analisar em que medida os sistemas agroecológicos interferiram na vida das doze famílias de agricultores em transição agroecológica, pesquisadas

⁴ No Brasil, a Agenda 21 surgiu após a Eco 92 e pode ser definida como um “*instrumento de planejamento para a construção de sociedades sustentáveis, em diferentes bases geográficas, que concilia métodos de proteção ambiental, justiça social e eficiência econômica. [...] É um instrumento de planejamento participativo para o desenvolvimento sustentável do país*” <http://www.mma.gov.br/responsabilidade-socioambiental/agenda-21> (acesso em 19/01/2012).

no município de Divino-MG e nas seis famílias do município de Acaiaca-MG; e como os seus *Meios de Vida* foram modificados a partir da transição agroecológica.

No segundo capítulo, denominado “Quando a Paisagem Diversifica, o Prato Fica Colorido”, a discussão está centrada nos redesenhos das paisagens após a adoção da Agroecologia, avaliando como estas alterações interferiram no consumo de alimentos e na segurança alimentar e nutricional das famílias em estudo.

No terceiro capítulo, “Saúde e Agroecologia: Quando o Alimento Vira Comida”, a discussão centra-se na questão da saúde. Neste capítulo, apresentam-se, os conceitos atuais de Agroecologia, a definição de soberania alimentar, segurança alimentar e nutricional sustentável, bem como as diferenças conceituais entre comida e alimento, analisando como os agricultores e/as entrevistados compreendem estas ideias. Neste capítulo discute-se também a relação entre agrotóxicos e riscos para a saúde.

No anexo A, o leitor poderá encontrar o questionário que norteou as entrevistas. No Anexo B encontra-se o aceite do Comitê de Ética. Anexas, ainda, algumas receitas colhidas durante a pesquisa, que de alguma forma foram significativas, tanto para as agricultoras como para a pesquisadora.

2. METODOLOGIA

A minha experiência como nutricionista foi fundamental para a realização desta dissertação. Sou nutricionista há dezoito anos e as recentes atividades desenvolvidas junto ao Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata – CTA-ZM, às associações e aos sindicatos de trabalhadores rurais de alguns municípios localizados na Zona da Mata mineira, entre eles Acaiaca e Divino, com o propósito de contribuir para a melhoria da qualidade dos alimentos produzidos pelas famílias dos agricultores/as me ajudaram a identificar e construir o problema a ser investigado nesta dissertação. As diversas conversas, oficinas e cursos promovidos em Acaiaca e Divino-MG, possibilitaram, ainda, ampliar meus conhecimentos sobre a região e os processos desenvolvidos em torno da Agroecologia e permitiram estabelecer uma relação de confiança entre as famílias selecionadas e pesquisadora o que facilitou a realização da pesquisa.

Circunstancialmente, também, foram identificadas diversas questões que - dada sua relevância - mereceram ser aprofundadas e refletidas, tanto a partir da perspectiva teórica, quanto do levantamento de dados empíricos. Conforme ressaltado por Freire (1992) e Kuhn (1994) a construção do conhecimento se dá com a participação de diversos atores e não de uma forma linear onde o pesquisador se coloca em uma posição de neutralidade e superioridade frente à realidade estudada. Valorizar a experiência, anterior vivida pelo pesquisador, facilita a compreensão da realidade e mostra que o pesquisador não é um sujeito cognoscente abstrato, mas um indivíduo construído historicamente e que a escolha do tema de estudo se dá com base no contexto no qual está inserido. Nessa perspectiva, é pertinente a observação feita por Alves (2000) ao tratar da escolha do objeto de estudo quando afirma que essa escolha se dá com base nos valores do próprio pesquisador, pois *“a escolha do objeto de estudo e dos problemas a serem investigados é um ato anterior à pesquisa, que tem a ver com os valores do investigador”* (ALVES, 2000, p.96). Nesse sentido, com a participação, tanto de professores-pesquisadores da UFV, quanto de técnicos do CTA e de alguns agricultores, a presente pesquisa começou a ser desenhada a partir das definições dos procedimentos metodológicos e do universo da pesquisa. A participação dos diferentes atores no processo de escolha do universo a ser pesquisado contribuiu para que a amostra selecionada apresentasse elementos que pudessem ser comparados, como por exemplo, a importância do tempo de utilização dos manejos agroecológicos e a robustez dos sistemas.

A pesquisa ora apresentada, desenvolveu-se a partir de métodos qualitativos fazendo uma análise comparativa entre agricultores/as em transição agroecológica, residentes dos municípios de Acaiaca e Divino, inseridos nas ações extensionistas do CTA-ZM, em parceria com as organizações dos/as agricultores/as.

A opção pela comparação deve-se ao fato de que as pesquisas comparativas possibilitam descrever os fatos e suas reações, identificando relações entre variáveis (GONZALES, 2008). Para esse, autor, *“as estratégias comparativas são escolher os sistemas mais semelhantes ou os sistemas mais diferentes”* (GONZALES, 2008, p.6). E foi o que se procedeu nesta pesquisa, uma vez que buscou-se comparar as experiências de agricultores em duas etapas diferenciadas – Acaiaca, onde o processo de transição agroecológica teve seu marco inicial em 2000 e em Divino, onde os agricultores, não necessariamente todos os envolvidos na pesquisa, já estão no processo de transição agroecológica há mais de 20 anos. A ideia de comparar relações, semelhanças e diferenças de distintas situações sociais é amplamente utilizada nas ciências sociais. Conforme Barros (2007, p. 5), *“o processo do método comparativo é justamente o que permite estabelecer o estranhamento, a diversificação, a pluralização e a singularidade daquilo que parecia empiricamente diferente ou semelhante (...)”*.

Ressalta-se que os dados apresentados nesta pesquisa, fornecem uma indicação da dinâmica que ocorre nos dois municípios, e não a dinâmica completa do processo. Conforme Kosik (1995), não se busca conhecer todos os fatos, mas compreender a realidade *“como um todo estruturado, dialético, no qual e do qual um fato qualquer pode vir a ser racionalmente compreendido”* (KOSIK, 1995, p. 44).

Portanto, para a escolha dos municípios considerou-se os seguintes critérios: 1) presença de agricultores em transição agroecológica, 2) participação das mulheres no Programa de Formação em Gênero e Agroecologia⁵, e, 3) Realização dos *Intercâmbios Agroecológicos* no município. Após a definição dos municípios, foram realizadas reuniões com os sindicatos e as representantes das comissões de mulheres, dos dois municípios, para a apresentação do projeto de pesquisa, seus objetivos e sua metodologia. A partir de então,

⁵ Trata-se de um programa de formação desenvolvido, em 2009, pelo CTA-ZM, em parceria com o NIEG/UFV (Núcleo Interdisciplinar de Estudos de Gênero da Universidade Federal de Viçosa) e as Comissões Municipais de Mulheres Trabalhadoras Rurais, em alguns municípios da Zona da Mata, dentre eles Acaiaca e Divino. Um dos temas trabalhados no curso foi a contribuição do trabalho das mulheres para a garantia da segurança alimentar e nutricional das famílias.

construiu-se, conjuntamente, a agenda de atividades, mediante a concordância das famílias partícipes.

O olhar investigativo voltou-se, em especial, para as estratégias dos agricultores em busca da segurança alimentar e nutricional sustentável, verificando, pois, a disponibilidade de alimentos e as práticas e hábitos alimentares. As análises e reflexões realizadas fundamentaram-se em um percurso conceitual construído sob a égide de algumas abordagens. A primeira refere-se às questões ligadas à soberania e à segurança alimentar e nutricional sustentável, visto que o direito humano à alimentação adequada é um direito constitucional e que deve ser assegurado a todos, permanentemente. A segunda refere-se à abordagem teórica denominada *Meios de Vida*, procurando, assim, analisar como os *Meios de Vida* são reconstruídos e ressignificados com as práticas agroecológicas. E, como a adoção da Agroecologia pressupõe novos manejos produtivos, a terceira abordagem refere-se à análise da paisagem, visto que a partir da agroecologia as pessoas desenvolvem novas relações com a natureza o que leva a configuração de novos desenhos dos (agro)ecossistemas em diferentes escalas.

A partir disso, duas questões se mostraram centrais: a compreensão de como os *Meios de Vida* mais sustentáveis, baseados na Agroecologia, modificam as paisagens; e, como estes *Meios de Vida* e as paisagens modificadas influenciam a soberania alimentar e a segurança alimentar e nutricional sustentável da família.

Como parte da pesquisa, realizou-se um levantamento bibliográfico, em busca de dados secundários que ajudassem a entender as questões explicitadas anteriormente. Durante a etapa de pesquisa bibliográfica analisou-se diversos impressos produzidos pelo CTA-ZM, tais como: os relatórios dos *Intercâmbios Agroecológicos* e os informativos “Nossa Roça” e o “Nossa Pesquisa na Roça” que foram importantes para o delineamento da pesquisa bem como a construção do roteiro da entrevista. Para a análise desses impressos e relatórios elegeu-se os anos de 2010 e 2011, por apresentarem um maior número de relatórios.

Além de apresentar subsídios capazes de ampliar o conhecimento sobre as famílias em estudo, o material possibilitou comparar os dados relativos à produção e ao consumo de alimentos com o observado nas propriedades. Pela sua relevância no âmbito do processo de criação da pesquisa, cabe aqui uma breve apresentação dos impressos pesquisados. Embora o contato com o “Calendário Agroecológico” tenha ocorrido somente na pesquisa de campo, sua descrição será feita com os demais impressos. E, por ser assim, passemos a eles:

“Calendário Agroecológico”

O calendário agroecológico é um impresso confeccionado em 2009 e utilizado no Programa de Formação de Mulheres em Agroecologia do CTA-ZM, executado em parceria com o NIEG/UFV (Núcleo Interdisciplinar de Estudos de Gênero) e as Comissões Municipais de Mulheres Trabalhadoras Rurais (vide fotografia no Apêndice). Esse calendário teve como objetivo inicial avaliar a importância dos “quintais” na produção de alimentos e geração de renda, a partir do trabalho das mulheres. Com o calendário, buscou-se quantificar a produção alimentar gerada nos quintais, mensurando a sua contribuição para a melhoria da renda e a segurança alimentar e nutricional das famílias. Com isso objetivou-se dar visibilidade àquilo que é produzido e quase sempre não é mensurado pelo restante do grupo doméstico, mesmo pelas próprias mulheres, por se tratar de valores/bens que são produzidos como prolongamento das atividades domésticas (LADEIRA, et al., 2003).

O Calendário Agroecológico possuía uma formatação em duas colunas – uma para registrar a venda ou troca de alimentos e outra para registro das doações e consumo. Estabeleceu-se que, diariamente, as mulheres anotariam toda a movimentação dos bens (alimentares ou não alimentares), produzidos por elas, na propriedade, registrando a quantidade e o destino destes. Ao final de cada mês, os produtos seriam convertidos em valores de mercado pelas próprias mulheres. Assim, seria possível quantificar, valorar e avaliar a real participação do trabalho das mulheres, relativos à produção destinada ao consumo da família e a geração de renda.

“Intercâmbios Agroecológicos”

Os *Intercâmbios Agroecológicos* são espaços de construção coletiva do conhecimento agroecológico, promovidos pelo CTA-ZM em parceria com organizações dos Trabalhadores Rurais da região e com alguns projetos de pesquisa e extensão universitária da Universidade Federal de Viçosa (UFV). Dentre os quais: (Agro) Ecologia dos Saberes na Zona da Mata mineira; Construção de Conhecimento Agroecológico em Territórios de Identidade Rural por meio de Intercâmbios em Redes Sociais; Construção e Qualificação da Sustentabilidade de Agroecossistemas em Propriedades Agrícolas Familiares; Produção Animal Integrada a Sistemas de Produção Agroecológicos e Orgânicos na Agricultura Familiar; Desenvolvimento Rural com Base na Agroecologia: Apoio a Iniciativas Locais Organizadas para a Segurança

Alimentar; Geração de Renda e Qualidade Ambiental. Esses projetos têm como estratégia metodológica reconhecer e legitimar o conhecimento dos agricultores na construção da Agroecologia, por meio da troca de conhecimentos e experiências entre os agricultores, e, dos agricultores com os técnicos e estagiários do CTA-ZM, bem como, com os professores e estudantes da UFV.

Esses *Intercâmbios Agroecológicos* acontecem, principalmente, nas propriedades dos agricultores, que, partindo da realidade local e da história de vida de cada família, favorecem, sobremaneira: o diálogo e o compartilhamento de experiências, tanto no manejo dos sistemas agroalimentares, quanto em técnicas alternativas de edificações, receitas de preparações alimentares diversas, formas alternativas de tratamento das doenças e como manter a saúde utilizando os recursos locais.

Vale ressaltar, que as informações obtidas nos *Intercâmbios Agroecológicos* são registradas em relatórios, sendo que várias delas já foram sistematizadas e publicadas.

“Nossa Roça e Nossa Pesquisa na Roça”

O “Nossa Roça” é um informativo produzido a partir dos dados obtidos durante os *Intercâmbios Agroecológicos*. Com linguagem simples e com muitas fotos, esse impresso busca divulgar as experiências agroecológicas das famílias, principalmente na Zona da Mata mineira (Anexo V). Uma variante do “Nossa Roça” é o “Nossa Tecnologia Social” (Anexo X), quando uma tecnologia relevante é identificada, é feito um boletim específico para divulgá-la. O informativo “Nossa Pesquisa na Roça” procura divulgar as pesquisas realizadas a partir dessas experiências. Os boletins procuram valorizar tanto o conhecimento dos agricultores quanto as diversas atividades de pesquisa e extensão desenvolvidas em parceria com a UFV. Esses informativos fazem parte das estratégias de comunicação do CTA-ZM e são utilizados como instrumentos de colaboração na construção do conhecimento agroecológico. Durante a pesquisa pude contribuir diretamente na elaboração de dois desses informativos e ainda outros informativos serão produzidos, como produto desta pesquisa, com dados coletados especificamente com as famílias que, de algum modo, dela fizeram parte.

Instrumentos para a pesquisa de campo

Para a realização desta pesquisa utilizou-se uma abordagem qualiquantitativa que teve como instrumento de coleta de dados a entrevista semiestruturada, a observação participante e caminhadas pelas propriedades. Priorizou-se a abordagem qualitativa, pois conforme salienta Demo (1989), a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares, preocupando-se com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Para esse autor, a pesquisa qualitativa trabalha com um universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes que correspondem a um espaço mais profundo das relações dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. Essa pesquisa foi concebida e realizada em estreita relação de cooperação com os participantes⁶, e, por ser assim, pode-se dizer que por alguns dias a realidade era percebida, parafraseando (BRYMAN, 1988, p. 61) “através dos olhos daqueles que estão sendo pesquisados”.

Entrevistas

As entrevistas foram realizadas seguindo um roteiro semiestruturado, conforme Anexo A, o qual permitiu, por meio de uma conversa informal, captar as representações e significados que os agricultores atribuíam à questão alimentar, à Agroecologia e à paisagem local. Nessa perspectiva, a entrevista começou com alguns questionamentos básicos. Tais como: o tamanho da propriedade; o tempo em que a família reside na propriedade; os alimentos cultivados no passado e no presente; as formas de manejos desses alimentos; e hábitos alimentares, etc. Seguindo essa mesma linha de raciocínio e, respaldada em teorias pertinentes à pesquisa, outras perguntas foram sendo elaboradas a partir do que se evidenciou e das respostas obtidas. Dessa maneira, os agricultores, seguindo espontaneamente a linha de seus pensamentos e as próprias experiências, dentro do foco principal desta pesquisa, foram contribuindo na elaboração do conteúdo da mesma (TRIVINÕS, 1987).

Durante as entrevistas, cujas investigações tiveram como foco central a busca de informações - dados quantitativos e qualitativos - que evidenciassem as práticas de produção de alimentos, bem como o conhecimento das famílias sobre consumo de alimentos, soberania e segurança alimentar e nutricional sustentável, pôde-se construir o *corpus* principal deste estudo (BAUER; GASKELL, 2002).

⁶ A adoção do termo participante e não informante, ou respondente deve-se à efetiva participação dos agricultores na realização desta pesquisa, conforme orienta SELLTIZ et al., 1987.

Ressalta-se, que não houve interferência, por parte da pesquisadora nos hábitos⁷ e práticas⁸ alimentares das famílias, uma vez que o objetivo da pesquisa foi investigar e compreender as atuais práticas alimentares dos pesquisados. Buscou-se, apenas, observar e registrar sobre o que era o foco desta pesquisa. E quando havia alguma solicitação, por parte dos entrevistados, eram feitas as orientações necessárias relativas ao consumo adequado de alimentos, segurança alimentar e orientações sobre o preparo e armazenamento adequados de alimentos.

Com as entrevistas e a observação participante foi possível identificar:

- 1) Alimentos anteriormente consumidos, suas origens, modos de cultivo, armazenamento e preparo;
- 2) Alimentos que os substituíram e seus modos de preparo;
- 3) A relação entre formas de produção, alteração na paisagem e consumo de alimentos;
- 4) Alimentos comercializados e sua contribuição no orçamento familiar;
- 5) Quantidade de alimentos produzidos e consumidos na propriedade e seu impacto no orçamento familiar;
- 6) Alimentos comprados e sua repercussão nos gastos familiares com alimentação;
- 7) A percepção das famílias sobre Agroecologia, soberania e segurança alimentar e nutricional;
- 8) As alterações na produção de alimentos decorrentes da comercialização para o Programa Nacional de Alimentação Escolar;
- 9) Receitas de preparações alimentícias antigas ou novas importantes para as famílias;
- 10) Alimentos trocados entre vizinhos.

Em Acaiaca, as entrevistas foram realizadas no período compreendido entre os dias 01 e 10 de Julho de 2012. A amostra compreendeu 06 (seis) famílias em que, pelo menos, uma mulher havia participado do Programa de Formação em Gênero e Agroecologia. Essa opção, justifica-se pelo fato das mesmas trabalharem com o calendário agroecológico que seria um dos objetos da pesquisa.

Em Divino, as entrevistas foram realizadas no período compreendido entre os dias 16 e 31 de Julho de 2012. Doze (12) famílias compuseram a amostra, das quais em seis, pelo

⁷ Hábito foi empregado como uma “parte integrada da totalidade cultural” que devido à sua repetição passa a fazer parte da vida das pessoas (CONTRERAS, 1992).

⁸ As práticas alimentares são também práticas sociais e arraigadas à cultura que interferem nas escolhas daquilo que se come, podendo inclusive uma prática se tornar um hábito (GARCIA, 1997).

menos uma mulher havia participado do Programa de Formação em Gênero e Agroecologia, pelos mesmos motivos já mencionados. As outras seis famílias, foram selecionadas considerando a participação nos *Intercâmbios Agroecológicos* desenvolvidos CTA-ZM quando estes foram implantados no município.

Nas famílias em que a seleção se deu pelo fato de alguma mulher ter participado do Programa de Formação em Gênero e Agroecologia, tais mulheres foram as participantes principais. Todavia, outros membros dessas famílias também foram entrevistados, principalmente naqueles casos em que as participantes eram muito jovens e naqueles em que outros membros das famílias estavam inseridos nos *Intercâmbios Agroecológicos* desde o início. Em algumas famílias, as mulheres não tinham conhecimento da quantidade de alimentos plantados e colhidos e solicitavam que esta pergunta fosse feita para o pai e/ou esposo. Em outros casos, a mulher solicitava que toda a entrevista fosse feita com os dois, pois acreditava que era um momento importante, e deveria, portanto, ser compartilhado com o companheiro.

Salienta-se que as famílias foram selecionadas compondo uma amostra representativa, e não aleatória, tendo em vista a necessidade de se trabalhar em localidades nas quais as famílias têm suas práticas agropecuárias baseadas em uma perspectiva agroecológica. Assim, pode-se falar de seleção e não amostragem (BAUER; GASKELL, 2002).

Para a preservação das identidades dos entrevistados, os seus nomes foram substituídos por outros que apresentavam algum significado aos nomes originais. No entanto, as idades e a comunidade foram mantidas.

Contribuíram como participantes desta pesquisa um total de 44 pessoas, das quais 25 eram mulheres (quatro jovens⁹) e 19 homens (sete jovens).

Algumas famílias possuíam cadernos de anotações e, em um dos casos, arquivos digitalizados. Tais arquivos, além do calendário, foram fontes importantes de informações sobre os bens produzidos e comercializados. Entretanto, nem todas as famílias possuíam os dados registrados e quantificações. Circunstancialmente, recorreu-se aos relatos dos entrevistados, o que configurou-se como um fonte fidedigna, já que procurou-se sempre falar diretamente com os responsáveis pelos bens produzidos e/ou comercializados.

Caminhadas pela propriedade

⁹ Foram considerados jovens os entrevistados entre 18 e 29 anos.

As caminhadas pelas propriedades possibilitaram conhecer o desenho do agroecossistema da propriedade. Tais caminhadas, aconteceram sempre na companhia de um dos membros das famílias, preferencialmente do(a) participante principal desta pesquisa. Com as caminhadas, procurou-se, a partir de um olhar investigativo, observar as paisagens e identificar as possibilidades alimentares dos agroecossistemas e verificar em que medida a Agroecologia contribuiu para o desenho, atual, destes sistemas agroalimentares. Conforme Garcia Filho (2003):

São as paisagens agrárias que oferecem as primeiras informações importantes para o diagnóstico. Observando-as pode se obter mais do que por meio de documentos existentes, informações indispensáveis sobre diversas formas de exploração e de manejo do meio ambiente e sobre as práticas agrícolas e suas condições ecológicas e, também, questionar sobre as razões históricas dessas diferenças (GARCIA FILHO, 2003, p.18).

Durante a caminhada, indagou-se também sobre a forma de ocupação da terra, os motivos que levaram à escolha dos locais das moradias e das lavouras, os problemas ambientais, a quantidade e a qualidade da água e, etc. Nessas caminhadas, pôde-se identificar os alimentos produzidos, aqueles que foram plantados e aqueles que nasceram espontaneamente. Esse instrumento de coleta de informações, foi fundamental para percebermos a relação entre o que foi consumido durante a permanência da pesquisadora nas propriedades, os relatos sobre consumo e o que foi observado ao longo dos trechos percorridos. Estas informações, obtidas nas caminhadas, foram sistematizadas e acrescentadas às informações obtidas nos impressos do CTA-ZM e àquelas coletadas nas entrevistas. A partir das, caminhadas pôde-se compreender como as mudanças no sistema de produção de alimentos foram dando novas formas à paisagem observada.

Durante as caminhadas pelas propriedades, pôde-se fazer o registro fotográfico e anotações das principais características da região, tais como:

- descrição da paisagem (o que se viu e o que as famílias relataram);
- relação da produção de alimentos com tipo de relevo, solos, disponibilidade de água e mão de obra;
- as estratégias de *Meios de Vida* utilizadas pelos agricultores.

Observação Participante

Para a realização das entrevistas e caminhadas a pesquisadora hospedou-se nas casas das famílias que fizeram parte da pesquisa, o que foi fundamental para o trabalho, pois permitiu verificar *in loco* os alimentos consumidos, as formas de preparo e as estratégias para acessar esses alimentos. Em algumas famílias um dia foi suficiente para a coleta de dados: entrevistas, caminhadas e anotações relativas à produção, consumo e paisagem encontrada. Em outras, a estadia durou até três dias, principalmente, em decorrência das atividades desenvolvidas pelas agricultoras que, além de todas as atividades da casa e do quintal, tinham compromissos com o sindicato, a associação e a comissão de mulheres.

Durante a permanência nas propriedades, pôde-se observar os hábitos, as práticas e as estratégias¹⁰ alimentares. Muitas vezes, identificou-se diferentes formas de consumo que não foram relatados, mas efetivamente realizados. Nesta etapa, pôde-se, ainda, observar as formas de preparação dos alimentos, a maneira de servir e consumir, os locais e a forma de armazenamento., A quantidade de alimentos estocados e a quantidade de alimentos consumidos assim como a suas origens foi outro aspecto que mereceu a atenção da pesquisadora. Para registrar os alimentos consumidos utilizou-se dos relatos dos agricultores, dos registros nos *Calendários Agroecológicos*, de anotações em cadernos ou cadernetas, registros em planilhas eletrônicas e ainda das notas de compras.

Vale ressaltar, que durante toda a pesquisa, buscou-se acompanhar as atividades desses agricultores interferindo o mínimo em suas rotinas, e assim a pesquisadora foi para a horta, para a lavoura, ajudou a lavar roupas, etc. Salienta-se, ainda, que esses momentos foram importantes para perceber alguns *Meios de Vida*, e a maneira que esses agricultores estabelecem suas relações sociais.

Outro instrumento de pesquisa utilizado foi o registro dos alimentos consumidos pela família durante os dias em que a pesquisadora permaneceu nas residências. Para evitar constrangimentos a quantidade de alimentos consumida não foi pesada, apenas registrada em medidas caseiras. Como não foi o foco desta pesquisa a análise quantitativa do consumo de alimentos, a análise se deu sobre a diversificação dos alimentos consumidos. Embora o tempo de permanência nas residências tenha variado, considerou-se o consumo de alimentos ingeridos pela família, num período de 24 horas,

Durante a permanência, da pesquisadora, nas casas dos agricultores foi solicitada a contribuição com algumas atividades no município, como ministrar palestras sobre Saúde e

¹⁰ Estratégia foi empregada considerando as escolhas alimentares adotadas mediante as condições econômicas e ambientais e os novos valores atribuídos à alimentação com a adoção da Agroecologia. Estratégia é, portanto, diferente de prática e hábito, pois é pensada e refletida.

Educação Alimentar e Nutricional para os estudantes da Escola Família Paulo Freire no município de Acaiaca e participação em *Intercâmbios Agroecológicos*, que ocorreram no período da pesquisa, cuja discussão se deu a respeito da questão alimentar. Ainda durante a pesquisa, participei de uma festa de casamento, um aniversário e de um velório. Vivenciar o cotidiano das famílias condiz com a proposta da observação participante. E tal fato possibilitou, pois, conhecer outros espaços de interação social vividos pelos agricultores.

Receitas de Preparações Alimentícias

Muitas receitas de preparações alimentícias, antigas ou novas foram coletadas durante a pesquisa. Dezoito delas, tiveram suas composições nutricionais avaliadas¹¹ a partir da utilização do software Diet Pró rotulagem nutricional e encontram-se anexadas a esta dissertação. A seleção para a escolha das receitas a serem avaliadas foi feita utilizando critérios culturais e nutricionais. Quanto aos critérios culturais observou-se a importância das receitas para as famílias, o tempo que as receitas acompanhavam as famílias e as suas aceitações. Os critérios nutricionais observados referem-se ao valor nutricional, a facilidade de preparo e a utilização de recursos locais.

Resolução 196/96

Esta pesquisa seguiu as determinações da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 1996), que dispõe sobre os aspectos ético-legais dos trabalhos de investigação científica, tendo sido aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Viçosa, conforme documento (Anexo B). Todos os agricultores colaboraram, de forma voluntária, e não houve recusa de participarem em nenhum dos casos.

¹¹ Avaliou-se a composição química das preparações para os seguintes itens: valor calórico, proteínas, carboidratos, lipídeos, vitamina A, ferro, fibras, B 12, vitamina C, sódio, gorduras totais e gorduras trans.

3. AGROECOLOGIA: UM CAMINHO PARA *MEIOS DE VIDA* MAIS SUSTENTÁVEIS

“O café mudou o nosso jeito de vida e roubou tudo de nós. O café você colhe uma vez por ano. Você tira o da despesa e o resto você vende e não vê mais” (Silvano F. de Paula, 48, São Pedro de Cima, Divino, MG.)

3.1 Introdução

Durante um dos *Intercâmbios Agroecológicos*, que antecedeu a esta pesquisa, no município de Divino, um agricultor agroecológico e também liderança do movimento negro na região, residente na Comunidade de São Pedro de Cima, fez uma longa e refletida intervenção falando do significado dos intercâmbios em sua vida. Para esse agricultor, esses intercâmbios foram importantes, para o povo da sua região, pois, ao mesmo tempo que possibilitaram a valorização individual dos participantes, enalteciram também as práticas alimentares locais. Ademais, muitas destas práticas, segundo esse agricultor, já haviam se perdido ao longo dos anos e foram reintroduzidas, em seu meio, a partir da sua aproximação com as ações promovidas pelos grupos ligados à Agroecologia no município. Na sua fala, reproduzida parcialmente na epígrafe acima, ficaram marcadas outras compreensões acerca do cultivo do café, característica da paisagem local. Foi por meio daquele intercâmbio, que aquela fala começou a redirecionar o olhar da pesquisadora, suscitando novas perguntas. Quais sejam: como o café roubou tudo desses agricultores? Se o café é a renda principal dos agricultores do município de Divino, em que medida o café mudou a vida dos mesmos? E com a Agroecologia esta compreensão do café que tudo rouba estaria se alterando? Qual seria o papel dos sistemas agroflorestais utilizados por agricultores da região? Estes sistemas não estariam devolvendo, pelo menos em parte, aos agricultores, o que foi “roubado” pelo café? Novas possibilidades alimentares foram surgindo com a implantação dos sistemas agroflorestais na perspectiva agroecológica?

E foi a partir daquele *Intercâmbio Agroecológico* que foi percebida a necessidade de, durante este estudo, estabelecer um diálogo entre Agroecologia e *Meios de Vida*. Desta forma, o objetivo central deste capítulo foi verificar em que medida os sistemas agroecológicos interferiram na vida desses agricultores e se os seus *Meios de Vida* foram fragilizados ou fortalecidos e, como ocorriam estas mudanças.

3.2 *Meios de Vida*: da Teoria à Prática dos Agricultores Agroecológicos

Pode-se considerar, que os primeiros debates em torno da abordagem denominada *Meios de Vida* surgiram na França, sob a influência da geografia por meio da contribuição de Vidal de la Blanche, no século XIX. Àquela época discutia-se a noção de *genre de vie* (tipo de vida) que era influenciada pelas condições geográficas em que as pessoas estavam inseridas conduzindo assim, à valorização das características físicas da paisagem (PERONDI, 2007). No entanto, este debate fortaleceu-se com os trabalhos de Robert Chambers, em meados de 1980, e evoluiu com Chambers e Conway (1992), Scoones (1998) e Ellis (1998). Chambers e Conway (1992) conceituaram os *Meios de Vida* como as capacidades, os ativos (estoques, recursos, direitos e acessos) e as atividades que as pessoas utilizam ou têm disponível para estabelecer suas estratégias de vida. Desde então, a expressão *Meios de Vida* têm sido empregada para indicar diversos significados, embora todos envolvendo as condições materiais e imateriais que garantem a reprodução sociocultural das pessoas (PERONDI, 2007).

A abordagem *Meios de Vida* tem sido utilizada como uma importante ferramenta analítica para os estudos sobre a pobreza rural, em todo o mundo, principalmente, no continente africano por ser efetiva para compreender e explicar como e quais estratégias as pessoas utilizam para sobreviver em situações de risco e/ou crises ambientais, sociais ou econômicas (PERONDI, 2007).

Em estudo sobre desenvolvimento local e *Meios de Vida*, Alves e Botelho (2011) partem do conceito de *livelihood* proposto por Hebinck (2007), para quem *Meios de Vida* integram todos os elementos tangíveis e intangíveis, social e natural, que as pessoas utilizam para viver, considerando as possibilidades de relacionamentos, as organizações sociais, redes e capitais disponíveis. Assim, estas autoras de acordo com o conceito elaborado por Hebinck (2007), definem *Meios de Vida* como sendo:

Um conjunto variável de recursos, tais como redes sociais, trabalho, terra, capital, conhecimento, tecnologia, mercados para adquirir e vender produtos, diferentes mecanismos de coleta de alimentos, relações interpessoais, que são acessados e utilizados de diferentes maneiras para gerar renda e também garantir a reprodução sociocultural dos envolvidos (ALVES; BOTELHO, 2011. p. 8).

Porém, não se deve enrijecer a abordagem proposta para *Meios de Vida* por se tratar de estratégias dinâmicas e, portanto, que se modificam ao longo do tempo, podendo ser reconfiguradas em cada situação (HEBINCK, 2007).

No Brasil, ainda no início da década de 1950, Antônio Cândido buscou compreender as estratégias de sobrevivência adotadas pelos parceiros de Rio Bonito-SP, estudando os seus *Meios de Vida*. A limitação da abordagem de Antônio Cândido está na discussão de *Meios de Vida* como forma de subsistência ou das estratégias utilizadas para se obter os mínimos vitais, quando a perspectiva atual é de se discutir os máximos vitais sob a ótica do direito humano à alimentação adequada. Mas, sua obra trouxe muitas contribuições. Destaca-se o debate sobre as necessidades alimentares que foram abordadas em um duplo caráter: natural e social (CÂNDIDO, 1987).

Mesmo considerando as diferenças entre duas abordagens de *Meios de Vida*, aquela utilizada por Cândido e aquela proposta, principalmente, pelos autores europeus, as duas perspectivas elaboram a reflexão a respeito da relação homem/natureza, analisadas à luz das condições materiais e sociais, o que permite afirmar que existe uma aproximação entre as duas possibilidades analíticas.

Ao estabelecer uma análise entre os princípios da Agroecologia e algumas definições atuais de *Meios de Vida*, percebe-se que ambos tratam da diversidade, da sustentabilidade e de resiliência. A diversidade, princípio da Agroecologia e estratégia utilizada para a garantia de *Meios de Vida*, é, também, um requisito para a SANS, pois, ao diversificar a alimentação aumentam-se as possibilidades de se alcançar as recomendações de consumo para todos os nutrientes. Ellis (1998), define a diversificação dos *Meios de Vida* como:[...] o processo pelo qual as famílias rurais constroem um diversificado portfólio de atividades e de capacidades de apoio social para sobreviverem e melhorarem o seu padrão de vida (ELLIS, 1998, p. 4). Para as famílias pesquisadas, a diversificação da produção consistiu em importante estratégia tanto de renda ao aumentar o portfólio de alimentos produzidos e comercializados, como de segurança alimentar por diversificar a alimentação com as diferentes safras.

O conceito inicial de *Meios de Vida*, proposto por Chambers (1983), como as capacidades, os ativos (estoques, recursos, direitos e acessos) e as atividades que as pessoas utilizam ou têm disponíveis para estabelecer suas estratégias de vida, foi alterado em 1992, nos trabalhos de Chambers e Conway (1992), quando esses autores, incluíram a ideia de sustentabilidade ao original conceito de *Meios de Vida* e propuseram alguns indicadores para avaliar esta sustentabilidade (**Quadro 01**). Para eles, a sustentabilidade deve estar presente

tanto na dimensão ambiental, quanto social (CHAMBERS; CONWAY, 1992).

Nesses mesmos parâmetros, têm-se as contribuições de Scoones (1998) que estabeleceu condicionantes para verificar se o meio de vida era sustentável ou não. Os indicadores de Chambers e Conway (1992) e as condicionantes propostas por Scoones (1998) aproximam-se do conceito de Agroecologia (Sevilla Guzmán, 1997; Gliessman, 2000) e dos indicadores estabelecidos por Cabell e Oelofse (2012) para avaliar a resiliência (um princípio da sustentabilidade) dos agroecossistemas. O **Quadro 01** apresenta, resumidamente, os indicadores de sustentabilidade dos *Meios de Vida* propostos por Chambers e Conway (1992) e Scoones (1998) e dos agroecossistemas apresentada por Cabell e Oelofse (2012):

QUADRO 01- Indicadores de sustentabilidade dos *Meios de Vida* e dos agroecossistemas

<i>Meios de Vida</i> sustentáveis Chambers e Conway (1992)	<i>Meios de Vida</i> sustentáveis Scoones (1998)	Indicadores de sustentabilidade dos agroecossistemas Cabell e Oelofse (2012)
Suporta as crises mantendo elevadas as suas capacidades e ativos.	Capacita e promove o bem-estar (melhora o capital humano).	Contribui na construção de capital humano.
Contribui, em rede, com benefícios para outros <i>Meios de Vida</i> , local e global a curto e longo prazo.	Cria ocupações produtivas.	Apresenta auto-organização social (instituições).
Provê <i>Meios de Vida</i> sustentáveis para a próxima geração.	Adapta os <i>Meios de Vida</i> reduzindo sua vulnerabilidade e elevando sua resiliência, promovendo maior resistência a uma crise.	Autorregulação ecológica.
	Promove a sustentabilidade dos recursos naturais, ou seja, equaliza a velocidade de depredação com a capacidade de recuperação do sistema produtivo/extrativo.	Valoriza o capital natural local (de forma responsável).
	Reduz a pobreza.	Tem razoável rentabilidade.
		Estabelece conexões apropriadas.
		Apresenta diversidade funcional e diversidade de respostas.
		Redundância.
		Heterogeneidade espacial e temporal.
		Exposição cuidadosa aos distúrbios (limites).
		Compartilha aprendizados e reflexões.
		Globalmente independente e localmente interdependente.
		Honra os legados enquanto investe no futuro.

Fonte: Elaboração própria, a partir de Chambers e Conway (1992), Scoones (1998) e Cabell e Oelofse (2012).

No Brasil, Perondi (2007), foi o primeiro autor a introduzir, no meio acadêmico, a reflexão a respeito dos *Meios de Vida* sustentáveis. Para esse autor, *um meio de vida (rural) sustentável é aquele capaz de transformar uma ameaça em oportunidade, uma forma*

dinâmica de encarar a vida com habilidade para perceber, adaptar-se e explorar as mudanças físicas, sociais e econômicas (PERONDI, 2007, p. 28). Contudo, para esse mesmo autor, a introdução dos *Meios de Vida* realmente sustentáveis faz com que esta sustentabilidade deva ir além das questões econômicas e ambientais.

Por meio de uma das fontes utilizadas nesta pesquisa, os relatórios dos *Intercâmbios Agroecológicos*, pôde-se identificar a construção de critérios para se considerar um agricultor agroecológico, onde os indicadores sintetizados no **Quadro 01** estão presentes. Tais critérios, foram todos elencados pelos próprios agricultores e apenas sistematizados por Cardoso, I.M. (professora da UFV) que mediu o encontro. Os critérios, elaborados pelos agricultores de Divino-MG, também se aproximam da abordagem *Meios de Vida* por considerar as diferentes formas de recursos sociais e ambientais disponíveis para os agricultores, como se pode observar na sistematização presente no **Quadro 02**:

QUADRO 02 - Critérios elaborados por agricultores de Divino-MG para serem considerados agroecológicos e Indicadores de sustentabilidade dos *Meios de Vida* e dos agroecossistemas

CARDOSO (2011)	CHAMBERS e CONWAY (1992)	SCOONES (1998)	CABELL e OELOFSE (2012)
Envolvimento com as organizações (Sindicato, Associações, CTA-ZM)	Redes	Ocupações produtivas	Instituições
Respeito às questões de gênero e geração			Legados
Não usar veneno			
Participação das famílias na construção do conhecimento durante os intercâmbios		Capital humano	Capital humano
Usar a diversidade com respeito			
Preservação da água, do solo e da cultura local	Sustentabilidade	Resiliência	Auto regulação ecológica
Tratar o esgoto			
Ter cuidado com o lixo sólido			
Não usar e não consumir produtos transgênicos			
Respeitar os saberes diferentes			
Ter diversidade na propriedade: árvores, plantas, comida, fauna e flora	Capacidades e ativos		Diversidade funcional e de respostas

Fonte: elaboração própria a partir dos autores citados, 2012.

A construção, descrita no **Quadro 02**, acima, incorpora vários princípios da Agroecologia como a diversidade, o respeito às gerações e gênero, a sustentabilidade ambiental dentre outros. Entretanto, para que tais princípios sejam cumpridos, em sua totalidade, vai levar muito tempo, principalmente por considerar que alguns deles esbarram

em aspectos culturais fortemente arraigados na vida social. Outros princípios referem-se a temas novos e complexos, bastante distantes da vida prática desses agricultores, como o tema dos produtos transgênicos. Para tanto, é necessário uma maior interação entre os diversos setores da sociedade e agricultores para que, por meio do diálogo construam, paulatinamente, mecanismos que permitam a socialização de esclarecimentos a respeito desses temas.

Um grande desafio é construir e divulgar alternativas alimentares, ainda não disponíveis no mercado, que possam substituir os produtos transgênicos amplamente consumidos por parcela da população, nos dias atuais, como, por exemplo, o óleo de soja e o fermento em pó químico. Algumas alternativas já começaram a surgir e apontam para o retorno de práticas utilizadas no passado tais como: o uso do bicarbonato de sódio para substituir o fermento em pó que leva em sua composição o amido de milho geneticamente modificado. Essas alternativas para a escolha dos bens consumidos e do que é comprado acontece de maneiras diferenciadas. Nesta pesquisa, percebeu-se que na medida em que os agricultores aprofundavam os debates e a compreensão acerca da Agroecologia, a tendência era de consumir alimentos produzidos localmente, muitos destes que já haviam sido consumidos no passado e que voltaram a compor a dieta alimentar, com novos valores e significados o que pôde ser verificado por intermédio das entrevistas, como o retorno do lobrobo e dos ensopados de banana verde.

Verificar o conhecimento proporcionado pelos espaços de formação advindos com as práticas agroecológicas pode ser um importante instrumento para a compreensão das estratégias adotadas pelos agricultores para as suas novas relações com o seu meio social e geográfico. Para alguns autores como Rigotto et al. (2011); Kosik (2002), Alves, 2000, a produção de conhecimento se dá com base em determinadas concepções e ideologias que definirão o modo de ver o mundo e de interpretar os fenômenos sociopolíticos. Esta forma de construir o conhecimento, considerando a experiência dos agricultores, como nos *Intercâmbios Agroecológicos*, e com metodologias científicas atualmente aceitas é o que Santos (2010) chama de “*conhecimento prudente, para uma vida descente*” (SANTOS, 2010, p. 77).

Outros estudos como os de Maluf et al. (1996); Valente (1997); Ehlers (1999); Caporal e Costabeber (2000) e Burity et al. (2010) apontam a modernização agrícola, preconizada pela Revolução Verde, como a principal causa para a insegurança alimentar e nutricional no meio rural. Isto porque, esta modernização interfere diretamente na produção e consumo de alimentos, além de provocar drásticas mudanças na paisagem rural, levando, a curto prazo, à

redução da diversidade alimentar e, conseqüentemente, à fragilização dos *Meios de Vida* sustentáveis dos agricultores.

Uma das conseqüências da Revolução Verde é a precarização dos solos levando à redução das quantidades produzidas com conseqüente precarização dos *Meios de Vida*. E foi nesse momento de crise que alguns agricultores na Zona da Mata mineira buscaram novas alternativas de produção e renda, como estratégia de permanência no campo. Estas alternativas foram encontradas na Agroecologia. Com a adoção de novos manejos agrícolas, mais diversificados e sustentáveis, os agricultores foram melhorando tanto os seus sistemas como as possibilidades de renda conforme demonstrado por Souza et al. (2010). Esses autores, compararam o cultivo de café em sistemas agroflorestais (SAFs¹²) e a pleno sol e, observaram que além dos ganhos ambientais o resultado financeiro foi maior nos SAFs, devido à diversificação dos produtos comercializados e por demandar menos insumos externos.

Para Ferrari (2010), a Agroecologia tem uma significativa contribuição na reprodução socioeconômica dos agricultores familiares, na medida em que se apresenta como uma estratégia de resistência e evita o êxodo rural. Para Pollan (2007), os manejos agroecológicos têm possibilitado o retorno para o campo. Além disso, vários estudos apontam a Agroecologia como uma saída para a produção de alimentos e diminuição da pobreza rural (WEID, 2001, 2006; PEREIRA, 2008; DE SCHUTTER, 2010). Esse movimento de retorno ao espaço rural foi observado em duas das seis famílias pesquisadas em Acaiaca. Neste município, observou-se ainda, que uma moradora de origem urbana fez a opção de morar no campo em busca de mais qualidade de vida. Em Divino, três das doze famílias pesquisadas retornaram para o campo. Observou-se que mesmo os jovens fazem questão de continuar nas atividades rurais. Nas famílias pesquisadas em Divino, apenas em uma delas dois filhos migraram para a cidade em busca de trabalho. Nesse município, os jovens participam ativamente dos espaços de construção do conhecimento agroecológico, o que favorece, de acordo com os entrevistados, o respeito entre as gerações.

Ademais, a tentativa de valorizar o saber individual e coletivo dos agricultores que experimentam novos manejos produtivos, possibilita a construção de um saber diferenciado (WEID, 2001). Em Divino e Acaiaca, essa experiência tem sido vivenciada e compartilhada

¹² “Sistemas agroflorestais podem ser definidos como uma forma de cultivo múltiplo onde pelo menos duas espécies de plantas interagem biologicamente, pelo menos uma espécie é arbórea e pelo menos uma espécie é manejada para produção agrícola ou pecuária” (SOMMARIBA, 1992, in CARDOSO et al., 2001).

com os demais agricultores, em vários espaços, principalmente, por meio dos *Intercâmbios Agroecológicos*. Esta nova forma de manejar os agroecossistemas e de viver, em alguns casos, foi sistematizada e difundida com os impressos do CTA-ZM e pelos projetos de pesquisa e extensão da UFV.

3.3 Diferentes trajetórias: um só destino

Do total das dezoito famílias entrevistadas nos dois municípios, selecionou-se apenas duas histórias, sendo uma de cada município pesquisado para representar as diferentes possibilidades e caminhos para que as famílias iniciassem a transição agroecológica.

A Senhora Marisol, 50 anos, agricultura do município de Acaiaca, nasceu na roça, na mesma comunidade e no mesmo lugar em que vive hoje. Aos 16 anos, saiu de casa para trabalhar de doméstica na capital paulista. Casou-se, e foi morar em Belo Horizonte, onde teve seus três filhos. Trabalhou também como costureira na capital mineira. Ela relata que, quando morava na cidade, sempre ficava se perguntando: porque não podia voltar para a roça e viver como os outros familiares que tinham ficado em Acaiaca? E assim, um dia tomou coragem e retornou; sem trabalho e com três filhos pequenos. Na bagagem, o medo e a lembrança dos sofrimentos vividos na cidade. De volta à Acaiaca, foi morar na casa da sua mãe. Começou a se envolver com a igreja da sua comunidade, onde as atividades e o aprendizado neste espaço fizeram com que ela se tornasse uma grande liderança. Aproximou-se também do Sindicato de Trabalhadores Rurais, onde se tornou presidente. Construiu sua casa, nas terras da mãe, onde vive com os filhos e com uma tia, aposentada. Atualmente, seus três filhos estudam na região. O mais velho, faz gestão de meio ambiente, à distância, numa faculdade particular de Viçosa, sendo ainda monitor na Escola Família Agrícola do município, mesma escola em que se formou em técnico em agropecuária. A filha do meio, já terminou o ensino médio, estava estudando com vistas a ingressar na Universidade. Aos finais de semana faz um curso de manutenção de computadores em Belo Horizonte, o que mostra que mesmo nas comunidades rurais há de modo geral, uma procura pelo acesso às novas tecnologias. O filho caçula é estudante do ensino fundamental na Escola Família Agrícola do município vizinho. Quando estão em casa todos ajudam a cuidar da horta, do quintal, da pequena plantação de milho consorciada com feijão e mandioca, bem como de todas as atividades necessárias para que tudo funcione bem. Atualmente, a vida da família da Marisol está bem estabilizada, e ela realizou o seu sonho de viver na roça. Da sua horta, do quintal e

do roçado colhem uma diversidade de alimentos que têm contribuído para a soberania e segurança alimentar e nutricional da família. Além de satisfazer as necessidades alimentares da família, parte da produção é comercializada por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), gerando renda e orgulho de serem agricultores. Aquilo que eles não produzem, preferem comprar dos seus amigos agroecológicos, por não ter veneno. O desafio atual dessa família é como manter os três filhos na terra após a conclusão dos cursos universitários visto que, talvez queiram exercer a profissão escolhida e na comunidade em que vivem não tenham oportunidade.

Em Divino, a história do Sr. Pedro e Sr.^a Hortência ilustra como a Agroecologia tem mudado a vida dos agricultores transformando dificuldades em oportunidades. Eles se conheceram quando a Sr.^a Hortência era ainda uma menina, se casaram bens jovens e foram tentar a vida. O Sr. Pedro conta que teve uma infância com muitas privações financeiras. Por não conseguir sustentar os filhos, sua mãe teve que deixá-lo com outra família, onde ele trabalhava e tinha uma cama para dormir e alguma comida para não passar fome. O Sr. Pedro se lembra que era alguma comida mesmo, pois carne era só para os donos da casa. Ele só sentia o cheiro e ficava imaginando o dia que poderia ter uma casa com fartura, o que levou muitos anos, pois só com 17 anos ele foi morar sozinho, em uma casa em terra alheia e a fartura ainda não estava lá. Sr.^a Hortência também se lembra do passado como uma época de muitas dificuldades. Ela conta que carne era só de vez em quando, e que, como no passado era tão difícil hoje eles gostam muito, e mesmo sabendo que não faz muito bem para a saúde não conseguem deixar de comer, possivelmente pelo valor simbólico e sensorial associado a este alimento. A Sr.^a Hortência aproveitava das dificuldades para inventar comida e foi assim que ela serviu mingau de banana verde passando por batata para os companheiros¹³ que estavam trabalhando na lavoura. O mesmo aconteceu com umbigo de bananeira; para ela, isto era, até então, algo que se dava aos animais. Mas um dia ela estava tão nervosa, sem o que ter o que cozinhar, que pegou um umbigo e foi descascando até chegar numa parte branca igual a um palmito então ela resolveu experimentar e gostou.

O primeiro encontro da família da Sr.^a Hortência e Sr. Pedro com a Agroecologia aconteceu em 1982, naquela época agricultura alternativa. Ano em que já eram donos da terra adquirida com o próprio trabalho. Sr. Pedro foi vítima de intoxicação por agrotóxico, quando cultivava café sob a orientação do Instituto Brasileiro do Café (IBC). Perdeu um rim e quase

¹³ Termo local para denominar trabalhadores contratados para algum serviço eventual na propriedade, como colher café, capinar, roçar, etc..

morreu. Para salvar o marido Sr.^a Hortência começou a fazer o curso de medicina alternativa e a vida deles foi tomando outro rumo até chegar à Agroecologia pelo intermédio do CTA-ZM, a quem o Sr. Pedro fala que deve tudo, a vida e os bens adquiridos ao longo dos anos. Hoje a família vive bem, com uma renda financeira compatível à classe média urbana; consegue fazer pausas na rotina de trabalho e viajam para descanso. Segundo afirmam, podem comer o que querem. Todos os bens, inclusive carros, foram adquiridos com as rendas geradas na propriedade provenientes da venda de café, frutas, ovos, doces, acrescidos das receitas advindas do trabalho de terapeuta alternativa da Sr.^a Hortência. A família está comercializando para o PNAE, onde vende frutas, legumes, verduras, quitandas e doces.

Atualmente, em Divino, todos os agricultores pesquisados vivem em suas próprias terras. Três famílias, são proprietárias de pequenas extensões, neste caso além de cultivarem suas próprias terras, ainda plantam em outras terras, na condição de parceiros, quase sempre à meia, ou seja, dividindo metade da colheita com o dono das terras. Em Divino, metade das famílias adquiriram suas terras por herança, ou seja, seis das doze famílias entrevistadas. Outros adquiriram com recursos próprios, com o auxílio do trabalho dos membros da família. Sr.^a Helena e Sr. Augusto compraram seu pedaço de terra com os recursos adquiridos na capital do Estado de MG, onde o Sr. Augusto trabalhava como motorista e Sr.^a Helena tinha uma pequena cantina onde, contando com a ajuda de toda a família, vendia refeições. As famílias da Sr.^a Luzia e a Sr.^a Valentina e Sr. Braz conseguiram adquirir suas terras com recursos advindos do pagamento por trabalhado realizado em outras propriedades. O Alberto e a Júlia compraram as terras com os recursos do crédito fundiário, por intermédio de uma associação com oito amigos. Alberto relata que tudo que conseguiu na vida foi participando dos espaços coletivos, até a sua esposa ele conheceu por meio da participação nos movimentos sociais. A participação nos movimentos sociais e nos espaços de formação promovidos pelo CTA-ZM e pelo Sindicato de Trabalhadores Rurais possibilitou aos agricultores um aprendizado diferenciado e a multiplicação de capital social conforme conceituado por Bourdieu (1980), para quem capital social é o agregado dos recursos atuais ou potenciais, vinculados à posse de uma rede duradoura de relações familiares ou de reconhecimento mais ou menos institucionalizados (BOURDIEU, 1980, p.02). Estas diferentes formas de inserção social, via sindicatos de trabalhadores rurais, igreja, cursos e oficinas oferecidos por grupos externos, também são elementos constitutivos dos *Meios de Vida* e são recursos utilizados pelos agricultores.

Embora autores como Scoones (1998), Cabell e Oelofse (2012), tenham utilizado a expressão capital para simbolizar o acúmulo de recursos atuais ou potenciais, outros autores como Hebinck (2007) prefere utilizar o termo recursos, por considerar "capital" como uma metáfora econômica que não consegue expressar, totalmente, a diversidade de recursos que as pessoas podem ter disponíveis. Para esse autor, a noção de recursos é mais adequada, principalmente, quando se deseja analisar os *Meios de Vida* e, como estes são utilizados pelos atores sociais, refletindo todas as relações que podem ser ocultadas na expressão capital.

Ainda relacionado à questão da terra, no município de Acaiaca a forma de acessá-la, também se deu, principalmente, por herança. Apenas a família da Sr.^a Antônia e do Sr. Sebastião comprou suas terras por meio de recursos próprios decorrentes da venda de sua força de trabalho, seja como empregado em outras propriedades, seja trabalhando em uma granja de suínos na região. Ao trabalho do Sr. Sebastião somou-se a renda advinda do comércio dos artesanatos da Sr.^a Antônia. Outra agricultora de Acaiaca, Bárbara, trabalha nas terras de sua irmã mais velha, que comprou o sítio para que a Bárbara pudesse mudar-se de Belo Horizonte e realizar o seu sonho de viver no campo. No caso da Bárbara, não existe a obrigação de partilhar a produção. No entanto, ela sempre destina alguns alimentos para a irmã, principalmente o feijão. Para que a Bárbara pudesse acessar o Programa Nacional de Habitação Rural e construir a sua própria casa, a irmã lhe doou um pequeno terreno.

Quanto ao tamanho das propriedades, como se observa na **Tabela 01**, em Acaiaca elas são menores, quando comparadas com as propriedades do município de Divino. Ressalta-se que, em Divino, a maior propriedade (50 hectares), é decorrente de herança. Parte dos herdeiros (cinco) preferiu não dividir as áreas destinadas às pastagens, a plantação de mandioca, e para o canavial, dividindo, no entanto a renda oriunda destas atividades. Apenas o cultivo do café tem área demarcada e a renda é individualizada. O café para o consumo familiar é retirado da produção de qualquer herdeiro, geralmente do café que apresentar melhor qualidade.

TABELA 01-Tamanho das propriedades pesquisadas, em hectares, nos municípios de Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Tamanho em Ha	Nº de propriedades em Acaiaca	Nº de propriedades em Divino
≥ 5	4 (66,67 %)	5 (41,66 %)
5,1 – 10	0 (0 %)	4 (33,33 %)
10,1 -15	2 (33,33 %)	0 (0 %)
15,1-20	0 (0 %)	1 (8,33)
20,1 -25	0 (0 %)	1 (8,33)
25,1-49,9	0 (0 %)	0 (0 %)
50	0 (0 %)	1 (8,33)
Total	6 (100 %)	12 (100 %)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Em relação aos bens de consumo, todas as famílias utilizam energia elétrica e possuem equipamentos domésticos, o que facilita o dia a dia, como geladeira, liquidificador, ferro de passar roupas e eletroeletrônicos, que proporcionam lazer e informação como televisão, rádio, e, em algumas casas, computador. Pela televisão, dentre outros programas, assistem principalmente jornais e programas relacionados à agropecuária. Em todas as residências existem, pelo menos um, telefone celular. Em Acaiaca uma família tem computador com acesso à internet. No município de Divino, quatro famílias têm computador em casa e duas delas têm acesso à internet. Mesmo famílias que não têm internet em casa, têm o hábito de acessar este meio de comunicação, seja no sindicato, nas escolas ou em outros pontos de acesso gratuitos.

A energia elétrica favoreceu ainda, o trabalho com as criações de animais. Em Acaiaca, três famílias têm picadeira elétrica utilizada para o preparo da alimentação animal. Em Divino, nas propriedades em que havia criação de bovinos, as picadeiras também estavam presentes.

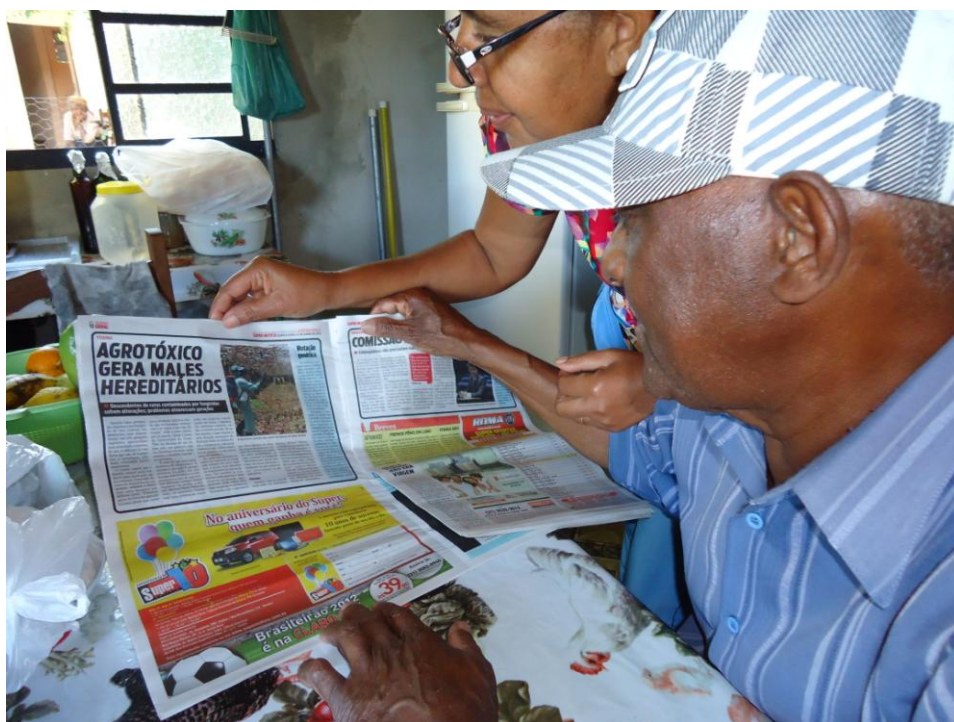
A maioria das famílias visitadas conta com fogão a gás. Em Acaiaca, apenas uma família não tem fogão a gás, por opção. Mesmo com a possibilidade de utilizar o gás, o fogão à lenha é a principal forma de preparar os alimentos. Em Divino, todas as famílias contavam com as duas possibilidades de preparar os alimentos, com fogão a gás e à lenha. Em todas as famílias, a lenha é obtida dentro da propriedade, principalmente advinda de podas das árvores. Neste sentido, os Sistemas Agroflorestais (SAFs) têm apresentado um importante papel de fornecimento de lenha para cozinhar, reduzindo as necessidades de acessar fontes externas de energia para preparar os alimentos, gerando mais autonomia, pois reduz o consumo de gás de cozinha. Preocupados com a questão da saúde, na maioria dos casos os fogões são construídos

visando reduzir a quantidade de fumaça. No passado, nenhum dos entrevistados, que vivia na zona rural, tinha fogão a gás. Assim, o fogão à lenha era a única alternativa de preparar os alimentos, o que pode justificar a preferência relatada pela comida preparada no fogão à lenha visto que as preferências alimentares estão associadas às questões culturais (BRAGA, 2004).

Todas as famílias contam com abastecimento de água encanada, não tratada quimicamente. Em Acaiaca, duas famílias utilizam água de um poço artesiano¹⁴ que atende outras famílias da comunidade, o qual foi construído pelo poder público municipal. Uma família é abastecida com água de nascente, e as demais contam com poços artesianos construídos em suas propriedades, sendo que, em pelo menos um caso, a água é compartilhada com mais famílias, neste caso, limitando o uso para a horta, principalmente no período de secas. Embora o município tenha participado do “Projeto Renascentes: recompondo matas e sustentando vidas”, desenvolvido pelo CTA-ZM em parceria com o Sindicato de Trabalhadores Rurais de Acaiaca e com a Escola Família Agrícola Paulo Freire, localizada no município; a água das nascentes não tem sido suficiente para o abastecimento de todas as demandas, sendo utilizada, principalmente, para os animais e irrigação das hortas. Como esse projeto, aconteceu recentemente, acredita-se que, em breve, a quantidade de água aumentará, uma vez que, as nascentes foram cercadas e árvores foram plantadas em seu entorno. No município de Divino a maioria das casas contam com água em abundância e em sua maioria de nascentes, que são cuidadosamente preservadas.

Durante esta pesquisa, diversos impressos que tratam da questão da Agroecologia foram encontrados em todas as casas dos agricultores. Dentre esses impressos, destacam-se principalmente os produzidos pelo CTA-ZM e os informativos das instituições locais dos agricultores como do Sindicato e ainda jornais locais ou outros de maior circulação no Estado. A prática da leitura tornou-se uma importante ferramenta para a construção do conhecimento agroecológico, pois os agricultores acessam experiências exitosas de outros municípios e podem experimentar estas práticas em seus sistemas. A **Fotografia 01** retrata um desses momentos de leitura, compartilhado e discutido pela família.

¹⁴ Poço artesiano é um poço cavado em profundidade para captação de água do lençol freático.



Fotografia 01- Leitura de Jornal em Acaiaca-MG, 2012.

3.4 Estratégias alimentares e Meios de Vida

Pela carência de um conceito específico para estratégia alimentar, e considerando que o termo tem sido utilizado em diversos artigos científicos e nos programas governamentais sem uma definição clara, estabeleceu-se a conceituação de estratégia a partir da teoria de *habitus* elaborada por Bourdieu (1983), para quem as estratégias nascem do *habitus*, e é por meio desse princípio gerador que as estratégias são criadas, o que permite aos agentes enfrentar situações muito diversas. No entanto, para esse autor, as estratégias têm sempre um sentido prático, frente a uma dada situação.

Assim, as estratégias alimentares podem ser consideradas como as alternativas que são elaboradas para se conseguir algum objetivo em uma dada situação. Os agricultores inseridos no contexto da Agroecologia buscam, em princípio, estratégias alimentares baseadas na autonomia e na soberania alimentar (PETERSEN; ALMEIDA, 2004). Neste estudo, observou-se que os agricultores têm adotado estratégias que intencionam coincidir com o que eles compreendem como sustentável e saudável.

Nesta pesquisa, em alguns momentos, os agricultores utilizaram a expressão *hábito* para expressar as estratégias alimentares e que estavam de acordo as condições materiais e sociais que eles viveram e vivem. Afirma-se, portanto, que a alimentação dependia,

diretamente, dos recursos disponíveis. Dito de outra forma, dos *Meios de Vida*. Para o agricultor Salvador (43) as estratégias alimentares, no passado, estavam muito associado aos *Meios de Vida* disponíveis e, ao que se produzia:

*“Todo mundo tinha o hábito de engordar um porquinho; então a comida era toda preparada com gordura de porco, no fogão à lenha. As linguiças ficavam lá na fumaça. Fazia também muitas quitandas de polvilho. A mãe fazia polvilho com a mandioca do quintal, esse era o **meio de vida** de quase todo mundo da roça”* (SALVADOR, 43, Mata Cães, Acaiaca-MG).

A partir do excerto acima, pode-se observar que a comida estava diretamente relacionada às condições materiais da família e ao que estava disponível no âmbito da propriedade e no seu entorno imediato. Engordar o porco era mais fácil do que comprar o óleo, e ainda havia a questão do fornecimento da carne.

Como não tinham geladeira, as carnes eram armazenadas em recipientes com gordura do porco ou salgadas e defumadas sobre o fogão à lenha. As quitandas também eram produzidas a partir daquilo que estava disponível para as famílias como o fubá (do milho) e polvilho (da mandioca).

Uma entrevistada que nasceu na cidade de Rio de Janeiro – RJ, e migrou para Divino aos oito anos de idade relatou as dificuldades enfrentadas pela família, o que fez com que os mesmos buscassem alternativas (estratégias) alimentares não convencionais:

“Quando eu era criança, quem preparava a comida era a minha mãe; comia tudo que via na frente, a pobreza era tanta! Comia feijão miúdo, umbigo de bananeira, almeirão do mato, banana verde para inteirar o feijão. De manhã, era fubá suado, cuscuz. No almoço tinha um tal de comer arroz pintado, sabe o que é isso? Era o arroz com o caldo de feijão, com uns grãos de feijão cozido no meio. Tudo era mais difícil; tinha que socar arroz, chegava da roça e ia socar arroz para fazer a janta. Sempre a mãe fazia mingau de couve. Eu lembro que a comida era tudo mais natural mesmo. Pelejava muito na roça também, os filhos sempre ajudando” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

No relatório do *Intercâmbio Agroecológico* que aconteceu no dia 04/06/2011, no município de Acaiaca, um agricultor que já morou na cidade e retornou há poucos anos para Acaiaca, mencionou a necessidade de aumentar a produção de alimentos, como uma estratégia de se fortalecer os *Meios de Vida*, de forma sustentável, sem o uso de agrotóxicos:

“Temos que descobrir mais formas de produzir; com produção que rende mais; porém, não concordo com a forma de produzir jogando veneno, pois os venenos acabam com a nossa saúde. Na cidade é difícil de

não consumir estes produtos envenenados porque vem de terceiros, mas aqui, na roça, não precisamos” (Palmerindo, 54, Acaiaca, MG).

Com a diversificação de alimentos proporcionada com os manejos agroecológicos, e com a ressignificação dos alimentos produzidos localmente, alguns agricultores relataram que atualmente, a geladeira tem ficado supérflua, pois grande parte dos alimentos é consumida fresquinha, conforme relatado pela agricultora de Acaiaca: *“é muito bom você saber que não precisa colocar nada na geladeira, comendo só as coisas da época, e quando eu não tenho uma verdura, os vizinhos trocam (VIOLETA, 51, Maracujá, Acaiaca-MG)”*

Esse utensílio, a geladeira, todavia, continua sendo utilizado por todos os entrevistados, em muitos casos para gelar água, conservar o feijão cozido e para armazenar carnes, quando matam algum animal ou compram uma quantidade maior desse alimento.

Ainda que a maioria dos agricultores tenha uma produção diversificada, muitos alimentos ainda são comprados, mostrando que estes agricultores também estão inseridos nos sistemas especializados que organizam a vida coletiva moderna, como o atual sistema agroalimentar. A **Figura 01** mostra os principais alimentos comprados em Acaiaca e Divino. Deve-se ressaltar, no entanto, que a **Figura 01** refere-se aos alimentos que foram informados como comprados, ou que constavam nas notas fiscais de compras ou ainda que foram verificados *in loco* durante a pesquisa. Contudo, é possível que alguns alimentos industrializados possam ser consumidos e não tenham sido informados, pois são alimentos considerados prejudiciais à saúde, como outras guloseimas que apresentam excesso de açúcar e os salgadinhos que contêm quantidades excessivas de sódio e gorduras. Como todos os entrevistados já tinham algum contato prévio com a pesquisadora, e conhecendo a sua conduta sobre o consumo, excessivo, destes produtos, podem ter deixado de informar. Todavia, refrigerantes foram encontrados ou citados como consumidos em 60% das famílias entrevistadas, tanto em Acaiaca como em Divino.

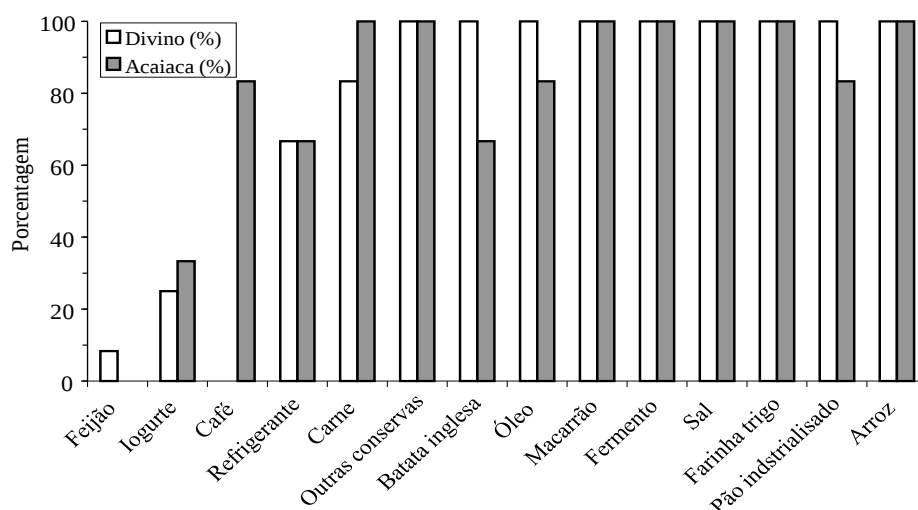


FIGURA 01- Principais Alimentos comprados por agricultores agroecológicos, na zona rural de Acaiaca e Divino-MG, nos meses de Janeiro a Julho de 2012.

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Muitos alimentos que já foram consumidos no passado recente e eram, inclusive, considerados alimentos de festa ou preparados quando da presença de visitas como lasanha, salpicão, stroganoff, foram excluídos ou reduzidos do cardápio, pois, como resultado da participação nos espaços agroecológicos o consumo destes alimentos tem sido desestimulado, por serem considerados pouco saudáveis e por depender de ingredientes externos para a sua preparação, o que foi enfatizado por algumas agricultoras entrevistadas.

Quanto ao local de compras, todos os entrevistados de Acaiaca informaram que adquirem o “principal”¹⁵, em supermercados das cidades vizinhas. Essa escolha se dava em função do preço e da disponibilidade de transporte. Além do supermercado, alguns alimentos eram adquiridos de outros agricultores, nem sempre agroecológicos tais como: café, queijo, banha de porco e carne. Justificavam esta compra pela facilidade e pelas relações sociais construídas entre eles. Muitos alimentos eram trocados, principalmente entre vizinhos ou entre os agricultores agroecológicos que comercializavam para o PNAE, que aproveitam estes dias de entrega, para efetuarem essas trocas. Houve casos, de trocas de artesanatos por alimentos. Três agricultoras das seis entrevistadas, em Acaiaca, são artesãs. Em Acaiaca, apenas na propriedade do casal Antônia e Sebastião a produção de café era suficiente para a

¹⁵

Segundo os agricultores, principal é aquilo que não pode faltar como sal, arroz e óleo.

família e ainda sobrava para vender, tanto para as redes locais como para fazer as entregas de porta em porta na sede do município. O café é comercializado torrado e moído.

Já em Divino, as compras foram efetuadas em diferentes locais como se pode observar na **Tabela 02**. O supermercado foi o local acessado por todos os entrevistados para compra de algum gênero alimentício. A feira foi citada apenas pelos dois entrevistados (Vitória e Vicente) que comercializam parte da sua produção neste espaço. Eles aproveitam este momento para comprar alimentos que não produzem, ou que a produção seja insuficiente para o consumo da família. Como o mercado da Associação dos Agricultores Agroecológicos está localizado na sede do Sindicato de Trabalhadores Rurais de Divino, todos os entrevistados citaram esse espaço como local de compra, alegando facilidade e qualidade dos produtos. Muitos dos entrevistados também utilizavam esse ponto de comercialização para a venda dos seus bens agrícolas ou artesanatos e aproveitavam os dias de entrega dos bens produzidos para comprar algum alimento.

TABELA 02 – Origem das compras de alimentos pelos agricultores de Divino-MG, 2012.

Local de Compra	Nº de famílias que utilizam este espaço
Compra entre vizinhos (agroecológicos)	1 (8,33)
Compra entre vizinhos (produção convencional)	1 (8,33)
Supermercados, mercados	12 (100%)
Associação dos Agricultores Agroecológicos de Divino	12 (100 %)
Feira	2 (16,66)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Durante as entrevistas, foi possível perceber certo desconforto dos entrevistados quando se referiam aos bens comprados para a alimentação, principalmente quando essa compra era realizada em casas comerciais, como se pode observar na fala da Bárbara: *“eu compro pouco, compro batata. Você acredita que eu tive que deixar a horta acabar porque o pai do João (namorado) ficou doente e fui cuidar dele? Eu ia comprar e não tinha coragem, pois eu com tanta terra... eu não moro em cima da pedra, para ter que comprar”* (Bárbara, 43, Coqueiros, Acaiaca-MG).

Por meio dos relatos, percebeu-se que o ato de comprar alimentos provocava, nos agricultores, a sensação de escassez, de carência, especialmente daqueles que tinham limitações financeiras para adquiri-los. O comprar também reduz as possibilidades de doações, tão importantes para as famílias estudadas. Sr.^a Gláucia, (77) agricultura residente em Divino, lembra da fartura dos tempos de criança quando a mãe levava todos para a roça

para aprenderem a cultivar os alimentos, conforme se pode observar em seu depoimento, a seguir:

“Minha mãe levava todo mundo para a roça. Lá plantava de tudo, mandioca, batata, inhame, cana, abóbora, melancia, milho, arroz e feijão. Tinha um monjolo para limpar arroz. Tinha fruta de toda espécie, tinha moinho d’água para fazer fubá. Tinha muita fartura; fazia queijo e não comprava quase nada, não comprava carne, não comprava ovo. Carne era só de porco e de frango e galinha, de casa mesmo. Fazia muita broa de fubá e de arroz, fazia brevidade, biscoito de polvilho. Tomava muito café com leite. Comia batata assada, outra hora frita. Fazia de tudo, não comprava quase nada. Deixava o queijo curar numa tábua e a gente comia era queijo! Queijo com banana! Antes a gente comia muito arroz doce, canjica, era só a canjica, rapadura e leite. A língua (figura de linguagem utilizada para expressar o elevado consumo) era rapadura, açúcar quase ninguém tinha. Eu acho a comida de hoje boa, mas parece que antigamente era mais gostoso. Minha mãe fazia um tutu de feijão com linguiça que parece que era mais gostoso, hoje em dia a gente faz, mas parece que não é a mesma coisa” (Gláucia, 77, Carangolinha, Divino-MG).

A fala da Dona Gláucia aponta elementos importantes para mostrar como os *Meios de Vida* disponíveis como a posse da terra, a autonomia para produzir os próprios alimentos definem a dieta alimentar. São também os recursos disponíveis que vão definir a forma de preparar os alimentos.

Quanto à periodicidade das compras, pôde-se verificar que tinha uma estreita relação com o local da compra. As compras feitas em supermercados ou em outros pontos de comércio convencionais do espaço urbano ocorria mensalmente. Como alguns entrevistados recebiam pensões ou aposentadorias estas compras eram realizadas no dia em que os agricultores se deslocavam até à cidade para receberem seus benefícios.

Em outras famílias pesquisadas, percebeu-se que alguns alimentos que não são produzidos também não são comprados, e, neste caso, só há o consumo de determinados bens alimentares quando ganhados ou fora de casa. O queijo, por exemplo, a Júlia e o Alberto, do município de Divino, relataram que nunca compraram esse alimento, embora gostem bastante. E, segundo eles, não compram não, por falta de recursos financeiros, e sim porque não têm o hábito de comprar esse alimento, e não acham que ele faz falta no cotidiano. Contudo, em outras famílias, o queijo é comprado frequentemente, como observado em Acaiaca, na casa da Marisol e Violeta, que já o adquirem de uma rede local, por meio de fornecedores que fazem entregas semanais. Por estar facilmente disponível, via fornecedores da própria localidade, estas agricultoras chegam a comprar em torno de dois quilos de queijo por semana.

3.5 Como a Agroecologia alterou os *Meios de Vida* dos agricultores

A necessidade de superar as diversas situações de crise ou dificuldades, enfrentadas pelos agricultores que constituem o *corpus* desta pesquisa, associada à busca de mais qualidade de vida e saúde, influenciou, sobremaneira, a construção de novas estratégias de vida e, assim, iniciaram o processo de transição agroecológica como uma forma mais sustentável de reprodução socioeconômica. Nesses parâmetros, estes agricultores tornaram-se protagonistas de suas próprias histórias, não se tornando vítimas de uma situação social e econômica desfavorável.

Durante as entrevistas, todos os agricultores relataram que a Agroecologia trouxe mudanças qualitativas para as suas vidas, incentivando melhorias na alimentação como maior utilização de alimentos naturais e frescos, que reduziu a incidência das doenças e que, melhorou a renda da família, ao deixar ou reduzir a compra de insumos externos, ao mesmo tempo em que aumentou a renda decorrente da diversificação da produção:

“É muito bom saber que você está plantando da forma certa, colher e comer na hora. Igual a gente vende para a alimentação escolar, só as coisas da época” (VIOLETA, 51, Acaiaca-MG).

“A gente come muitas coisas saudáveis como a serraia¹⁶, que é muito bom para a saúde, pois limpa o sangue. Essas coisas como macarrão carregam muito o sangue, eu evito essas coisas misturadas, refrigerantes e suco de pacotinho, eu não tomo isso não” (MARISOL, 50, Acaiaca-MG).

“Eu falo que a saúde vem da natureza, se a gente plantar as coisas para comer está fazendo economia, pois não precisa comprar remédio” (HORTENCIA, 56, Divino-MG).

“Alimento é muito importante, na verdade a gente nunca viveu sem alimento, só que hoje em dia não é só o alimento não, antes a gente comia, hoje a gente pensa sobre o que comer. Igual a gente tem aquela moita de morango ali, então eu fico pensando será que é bom comer uns dois, três morangos por dia. Para mim alimento ou comida é saúde mesmo, pode pôr isso aí, eu e a Júlia conversamos muito sobre isso” (ALBERTO, 28, Divino-MG)

Quantitativamente, pode-se perceber como a Agroecologia contribuiu para mudar a vida dos agricultores quando se observa os recursos gastos com alimentação. Neste estudo, percebeu-se que a diversificação da dieta dependia, principalmente, daquilo que era produzido pelas próprias famílias, e que ao diversificar a produção, a alimentação também ficava

¹⁶

Serraia, ou serralha é o termo local para denominar a planta comestível *Sonchus oleraceus* L..

variada. A família que apresentou a menor diversificação de produção de alimentos, também tinha o consumo menos diversificado. O desequilíbrio nesta dieta, decorrente da pouca variedade de alimentos consumidos, elevou o gasto, apresentando, o maior gasto *per capita* com alimentos para o município de Divino. Em Acaiaca, a família que apresentou o maior gasto *per capita* com alimentação tinha uma produção bastante diversificada e neste, caso o gasto com alimentação não estava associado à baixa produção de alimentos. Pode-se justificar este gasto, pelo fato de um membro da família ter necessidade alimentar diferenciada, decorrente de diabetes. Todavia, ainda assim, o maior gasto familiar com alimentação foi menor quando comparado com o maior gasto entre as famílias pesquisadas em Divino. Esse dado é muito importante, pois mostra que a produção diversificada, mesmo que para autoconsumo, além de reduzir os gastos das famílias com alimentação tem contribuído para a SANS das famílias.

Um dos fatores que pode ter contribuído para elevar os gastos com a alimentação no município de Divino está relacionado à monocultura de café, que reduziu as possibilidades de diversificação dos alimentos produzidos. Com a transição agroecológica, os alimentos voltam a ser produzidos. Entretanto, como isso ocorre de forma processual ainda vai levar algum tempo para que todas as famílias pesquisadas conquistem a autonomia alimentar a partir da produção de seus sistemas.

Embora tenha efetuado o levantamento dos valores gastos em alimentação, em todas as famílias pesquisadas, esse dado pode não ser exato, pois, em alguns domicílios, a forma de registro, por parte dos entrevistados, nem sempre era precisa. Já em algumas famílias até os lanches, realizados fora de casa, foram registrados.

Outro valor que interfere nos gastos com alimentação é a quantidade de visitas recebidas. Nesta pesquisa percebeu-se que medir a segurança alimentar pelo valor declarado para a aquisição de alimentos não é uma alternativa fidedigna, pois grande parte dos alimentos consumidos é colhida na propriedade ou são trocados ou ganhados e não são valorados. Ao calcular o valor mensal *per capita* despendido com bens alimentares (**Tabela 03**), objetivou-se verificar o valor gasto com alimentação, por estas famílias e analisar se a diversidade alimentar encontrada realmente possibilitava a redução dos gastos com a alimentação.

TABELA 03- Gasto mensal *per capita* com alimentação em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Gasto total em R\$	Nº de famílias em Acaiaca	Nº de famílias em Divino
De 20 a 30,00	1 (16,66)	1 (8,33%)
De 31 a 40,00	1 (16,66)	3 (25,0 %)
De 41 a 50,00	0 (0,0%)	4 (33,33)
De 51,00 a 60,00	1 (16,66)	0 (0,0%)
De 61,00 a 70,00	2 (33,33)	3 (25,0 %)
De 100 a 200,00	1 (16,66)	0 (0,0%)
Acima de 200,00	0 (0,0%)	1 (8,33%)

Obs.: Ao calcular o gasto *per capita* foi considerado o número total de moradores na residência.

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Em Divino, a família que apresentou o menor gasto com alimentação não tem filhos. Possuem uma bela horta, e uma diversidade de frutas e vegetais comestíveis, tanto no quintal como no meio da lavoura. No município de Acaiaca, a família que apresentou o menor gasto com alimentação produz quase todos os alimentos que consome, exceto o trigo. Esta família produz, inclusive, o arroz. No entanto, compram este alimento, eventualmente, quando está chovendo e fica difícil para levar o arroz para limpar, na comunidade vizinha, onde existe uma máquina para beneficiar arroz.

No município de Acaiaca, foi verificado que a principal forma de comercialização dos bens produzidos é para a alimentação escolar. Todos os entrevistados estavam inseridos nesta política pública. A família da Antônia e do Sebastião, além de comercializar com o PNAE onde obtêm uma renda mensal em torno de R\$ 600,00, quase um salário mínimo da época, ainda faz entregas em domicílios, semanalmente, na sede do município. Alguns alimentos são produzidos em maior quantidade, como por exemplo: o amendoim e o café, que são vendidos para comerciantes do município. Em Divino, das doze famílias entrevistadas, oito comercializavam para o PNAE; uma já havia comercializado e parou pela dificuldade de transporte; outras duas já tinham a clientela fixa e a produção era toda comercializada com esta clientela. O Vicente vende, semanalmente, na feira do município de Divino e entrega em restaurantes e em um sacolão (denominação local para estabelecimento onde vende frutas, legumes e verduras), do município vizinho de Carangola-MG.

Com a introdução do Calendário Agroecológico, os registros sobre a produção de alimentos, principalmente o que estava diretamente relacionado ao trabalho das mulheres, passou a ser mais sistematizado. Não obstante a tudo isso, a maioria dos registros não constava, quantitativamente, números exatos. Foi comum encontrar anotações do tipo: um balde, uma sacola, um cacho, um punhado, ou mesmo em unidades que não permitiram

quantificar e valorar de forma padronizada, como por exemplo: nove unidades de jiló, uma abóbora, uma yacon, etc. Raramente as agricultoras valoravam a produção dos produtos consumidos e doados, relatando inclusive que “*tem coisa que a gente nunca vendeu*”. A quantificação exata das vendas restringia àquelas de maior volume como o café e nas vendas efetuadas para a Associação (em Divino), e nos dois municípios, os alimentos comercializados para o PNAE. Além de estimular o registro das quantidades exatas dos alimentos comercializados e seus valores de venda, o valor venal efetuado para o PNAE, passou a ser a referência para o preço a ser comercializado nas demais vendas.

Percebeu-se ainda, que essa política pública interferiu em vários aspectos na vida dos agricultores, ressignificando o consumo de alimentos, valorizando a produção e estimulando a prática de registrar as receitas financeiras oriundas da produção de alimentos, o que não havia sido conseguido mesmo com a implantação dos *Calendários Agroecológicos*. Vale ressaltar, que esta política vem interferindo, inclusive, na utilização de alimentos considerados pouco atrativos, mas muito consumidos no passado, ou mesmo desqualificados socialmente, como o lobrobo. Com o PNAE uma família de Acaiaca passou a vender lobrobo, com isto passou também a consumir essa verdura semanalmente, sendo que antes era consumida eventualmente. Com a venda para o PNAE, as famílias começam a dar novo valor aos seus produtos e os mesmos passaram a ser mais vendidos entre os vizinhos, amigos, etc.

A **Tabela 04** mostra os principais alimentos comercializados para o PNAE nos dois municípios.

TABELA 04- Alimentos vendidos para o PNAE, no período de fevereiro a Junho de 2012, em Acaiaca e Divino-MG, e nº de famílias que comercializam esses produtos.

Alimento	Nº de famílias que comercializam em Acaiaca (%)	Nº de famílias que comercializam em Divino (%)
Batata doce	1 (16,66)	1 (8,33)
Doces caseiros	0 (0,00)	2 (16,66)
Farinha de mandioca	0 (0,00)	1 (8,33)
Feijão	2 (33,33)	1 (8,33)
Frango	2 (33,33)	0 (0,00)
Frutas	2 (33,33)	2 (16,66)
Fubá	2 (33,33)	1 (8,33)
Inhame	1 (16,66)	0 (0,00)
Legumes	5 (83,33)	3 (25,00)
Mandioca	3 (50,00)	1 (8,33)
Ovos	3 (50,00)	3 (25,00)
Quitandas	3 (50,00)	1 (8,33)
Rapadura	0 (0,00)	1 (8,33)
Verduras	5 (83,33)	4 (33,33)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Além dos Calendários Agroecológicos, utilizados para o registro da produção e consumo de alimentos, algumas famílias mantêm o registro em cadernos. No município de Acaiaca, o Salvador (43) registra todas as entradas e saídas em um caderno, inclusive os valores financeiros recebidos como presentes são registrados. Em Divino, na comunidade de Carangolinha, a Sr.^a Gláucia (77) tem um caderno onde ela faz anotações há mais de trinta anos. Nele, ela registra os nascimentos dos bezerros, dos porcos, dia que ela colocou a galinha para chocar, principais vendas efetuadas, quantidade de rapadura produzida, etc., desta forma a própria história vai sendo registrada e narrada em datas e números. No entanto, nem tudo que é comercializado é registrado, talvez por considerar como pouco importante.

Ainda em Divino, uma família substituiu o caderno e está utilizando o computador para registrar todas as receitas financeiras que entram na propriedade, sejam elas oriundas da agropecuária, prestação de serviços, ou mesmo das diárias recebidas pelos dias que desenvolveram atividades no Sindicato, na Cooperativa de Crédito Solidário (CRESOL) ou CTA-ZM. Todas as compras também foram registradas, tanto de bens duráveis, como alimentos, vestuário, presentes e até IOF. O casal tem ainda um diário eletrônico onde registram todas as atividades realizadas no dia, sejam elas de trabalho ou de lazer.

Assim, pode-se concluir que a Agroecologia contribui para ressignificar estratégias já conhecidas de *Meios de Vida* e para adotar novas estratégias apropriadas aos novos *Meios de Vida*. Essas novas estratégias incluíram a diversificação das paisagens das unidades produtivas e, como resultado da diversificação da paisagem, a maior parte desses agricultores garantiu mais soberania e segurança alimentar e nutricional de forma sustentável. O que permite então concluir que, a monocultura é um fator importante de insegurança alimentar. Inclusive a monocultura do café, principal componente das paisagens agrícolas do município de Divino.

Ao mesmo tempo que diversificam as paisagens, estes agricultores criam novas redes sociais que fortalecem seus *Meios de Vida*, na medida em que passam a acessar mais informações, trocam experiências com diferentes atores sociais, incorporam novas condutas em relação ao ambiente em que vivem. Contudo, algumas contradições continuam presentes, principalmente em relação ao consumo alimentar onde parte das famílias continua comprando alimentos industrializados, muitos deles com elevados teores de sódio, gordura e açúcar. Os alimentos transgênicos, associados como prejudiciais à saúde também foram encontrados em todas as propriedades pesquisadas. Por meio do levantamento dos alimentos produzidos e comercializados, percebeu-se que para as famílias com aproximadamente as mesmas

condições sociais, a renda foi maior naqueles domicílios com mais diversidade. Além da diversificação agrícola, em Divino, três das doze famílias pesquisadas, diversificavam a renda de outras formas como o atendimento com as terapias alternativas, e a venda de doces e quitandas. Em Acaiaca a diversificação das rendas se deu principalmente pela venda de artesanatos.

Nesta pesquisa, percebeu-se, ainda, que quanto mais os agricultores se envolvessem nas atividades de formação, propiciadas por suas organizações, pelo CTA-ZM e pela UFV, seus *Meios de Vida* se alteravam e estes ficaram mais autônomos e ciosos dos cuidados com a alimentação. E ao fortalecer os novos *Meios de Vida*, inclusive materialmente, estes deram novos sentidos à vida. Percebeu-se que, ao adotarem os sistemas agroecológicos para produção de alimentos, mais que uma prática, os agricultores inseridos nesta pesquisa adotou um novo estilo de produzir alimentos de forma mais sustentável ambiental e economicamente.

Embora, atualmente, todos os agricultores possuam terra, os relatos permitem também concluir que, a insegurança alimentar no passado, estava associada à falta de autonomia em lidar com terra já que eram empregados e não podiam decidir como e o que plantar, assim compreende que não basta ter acesso a terra é necessário ter a sua titularidade.

4- QUANDO A PAISAGEM DIVERSIFICA, O PRATO FICA COLORIDO

4.1 Introdução

“O café não é Deus; antes do café a gente plantava de tudo, plantava cana, rama de mandioca, inhame chinês” (Silvano F. Paula, São Pedro de Cima, Divino-MG).

Este capítulo tem como objetivos: apresentar e analisar os dados encontrados durante a pesquisa de campo realizada junto aos agricultores agroecológicos dos municípios de Acaiaca e Divino, localizados na Zona da Mata mineira, que contribuíram para a compreensão da paisagem local; analisar a influência da Agroecologia nos redesenhos das paisagens e no processo de transformação dessas paisagens em paisagens alimentares e; avaliar como esses (re)desenhos interferiram na Soberania e na Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável (SANS) da população em estudo.

Para a execução desta pesquisa, quatro perguntas chaves foram feitas: 1- O que modificou na paisagem, após a introdução da perspectiva agroecológica? 2- Em que medida as alterações provocadas na paisagem interferiram no consumo de alimentos e qual a importância dessa interferência? 3- Qual o processo ocorrido para que acontecessem tais interferências? E, 4- Quais paisagens estes agricultores construíram a partir das experiências agroecológicas?

Para responder a estas questões, utilizou-se como instrumentos metodológicos a observação participante, a entrevista semiestruturada, as caminhadas pelas propriedades e os calendários agroecológicos. Os relatos via entrevistas, foram de grande importância para se reconstruir, mentalmente, as paisagens do passado e analisar as mudanças ocorridas ao longo dos anos, decorrentes, principalmente, dos manejos agrícolas adotados. Assim, pôde-se perceber as consequências destes manejos para o ambiente e para a Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável (SANS) da população estudada.

4.2 Paisagens alimentares e segurança alimentar e nutricional sustentável

Compreendendo que a alimentação interfere e é definida pelas condições econômicas, sociais e culturais, articular a discussão entre paisagens e alimentação é imprescindível para a compreensão das práticas e hábitos alimentares de uma dada região. Segundo Cândido (1987), a alimentação é o elo entre a família e o meio em que vivem.

Assim como em qualquer ambiente, as paisagens que percebemos estão sujeitas à interação homem/natureza e às milhares de decisões, tomadas cotidianamente. Nesse sentido tem-se: o empresário do agronegócio que escolhe retirar árvores para plantar uma monocultura, um governante que resolve conceder incentivos fiscais a quem utiliza agrotóxicos, um agricultor que resolve plantar árvores no meio da lavoura, e/ou uma cidadã que resolve fazer um abaixo assinado pela preservação de uma nascente. Embora estas ações pareçam desconectadas, elas vão interferir diretamente naquilo que Van der Ploeg (2000) chama de paisagem natural, preservando-as ou degradando-as.

Independente das práticas agrícolas adotadas sejam aquelas baseadas no modelo da Revolução Verde ou nos princípios da Agroecologia, as paisagens vão sendo alteradas pela relação homem-natureza, onde os aspectos culturais, sociais, econômicos e políticos irão mediar esta relação (SILVEIRA, 2007). Para Alves e Botelho (2011), a ação humana no entorno, onde as pessoas vivem resulta em impactos que podem favorecer ou fragilizar a paisagem. Em longo prazo, estudos apontam que essa fragilização da paisagem poderá levar à desertificação dos solos e precarização da capacidade da reprodução das famílias (CASTRO, 2001; MADELEY, 2003).

As alterações destas paisagens interferem nos hábitos alimentares, na soberania e na Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável - SANS (Botelho; Cardoso, 2009) e, conseqüentemente, nos *Meios de Vida* (ALVES; BOTELHO, 2011). Mas, poucos estudos se dedicam a analisar essas interferências. Alguns relacionam o modelo de produção de alimentos, pobreza e degradação ambiental, utilizando, na maioria, um enfoque tecnicista (ALTIERI, 2002).

Na Zona da Mata mineira, em alguns municípios, as paisagens apresentaram novos desenhos a partir do trabalho do Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata – CTA-ZM que, em parceria com alguns Sindicatos de Trabalhadores Rurais da região, dentre eles os Sindicatos de Acaiaca e Divino, e com a Universidade Federal de Viçosa – UFV. Estas instituições têm buscado alternativas mais sustentáveis para a produção agrícola. Dentre essas alternativas, encontram-se os sistemas agroflorestais (SAFs) como o café consorciado com árvores. Os SAFs permitem utilizar a área conciliando produção agrícola e preservação ambiental, ao consorciar plantas herbáceas, arbustos e árvores com o café. Muitas destas plantas herbáceas são alimentícias, muitas árvores são frutíferas e outras favorecem a

produção de café¹⁷. Isto possibilita incrementar a alimentação ao mesmo tempo em que aumentam o rendimento dos cultivos destinados principalmente à comercialização. Além disso, esse sistema aumenta a biodiversidade, melhora a qualidade da água e do solo e prevê outros serviços ambientais (SOUZA et al., 2010). Esse sistema de produção apresenta-se, portanto, como uma possibilidade de produção de alimentos, de geração de renda, e maior proteção ambiental.

Alguns dos agricultores pesquisados, do município de Divino, já utilizavam os sistemas agroflorestais e outras práticas agroecológicas há mais de vinte anos. Nesses casos, seus sistemas mostravam-se mais robustos e com uma grande diversidade de árvores e alimentos. Outros agricultores, entretanto, estavam iniciando a transição agroecológica.

4.3 Paisagem: um conceito dinâmico

Apesar da existência de algumas definições de paisagem, alguns autores, como Dollfus (1972), preferem não conferir à paisagem um conceito definitivo, considerando imprescindível manter a imprecisão do conceito para que o mesmo não se torne algo cristalizado, mantendo, assim, o dinamismo necessário para perceber as paisagens conforme o momento histórico e o lugar.

Para Maximiliano (2004), a noção de paisagem acompanha a existência humana, uma vez que a sobrevivência dos seres humanos sempre dependeu de sua relação com o meio. Para esta autora, paisagem não é o mesmo que espaço, mas parte dele:

“A paisagem funciona como uma medida multidimensional de análise espacial. (...) paisagem pode ser entendida como o produto das interações entre elementos de origem natural e humana, em um determinado espaço. Estes elementos de paisagem organizam-se de maneira dinâmica, ao longo do tempo e do espaço” (MAXIMILIANO, 2004, p 90).

A partir de Dollfus (1972) e Maximiliano (2004), pode-se compreender que a paisagem é dinâmica, e que é moldada conforme a ação humana, e que a sua forma de representação vai interferir nos *Meios de Vida* das pessoas. Neste sentido, a paisagem não pode ser analisada apenas por aquilo que se vê, mas a partir das várias possibilidades de

¹⁷ O café cultivado na Zona da Mata mineira é o *Coffea arabica*.

interferência na vida e nos *Meios de Vida* daqueles que estão nela inseridos. Esta interação também é enfatizada por Berque (2004), para quem,

A paisagem é plurimodal (passiva-ativa-potencial, etc.), como é plurimodal o sujeito para o qual a paisagem existe; a paisagem e o sujeito são co-integrados em um conjunto unitário, que se auto-produz e se auto-reproduz (e portanto, se transforma porque há sempre interferências com o exterior) pelo jogo, jamais de soma zero, desses diversos modos (BERQUE, 2004. p. 86).

Para Rougerie (1969) citado por Passos (2000, p. 140), uma paisagem é um todo que percebemos por meio dos sentidos e, então, para o compreender, devemos desvendar todas as relações causais. Assim, deve-se compreender uma paisagem rural com os elementos que a compõe: as pessoas, a casa, os animais, a lavoura, o quintal, a horta, o terreiro e todos os recursos naturais, inclusive os seres vivos presentes nos solos. Santos (1997) define paisagem como um processo social, subordinado à sociedade como um todo. Para este autor, as paisagens retratam a forma mais completa de associação entre o homem e a natureza. Já para Ab'Saber (2003), a paisagem é também uma herança, e que assim deve ser percebida do ponto de vista histórico, geológico e geomorfológico.

As características morfológicas da paisagem, como relevo e tipos de solo, são algumas marcas geográficas que preexistem e que irão interferir nas formas de uso humano de uma determinada área e na sua destinação. No entanto, como já apontado anteriormente pelos outros autores, a paisagem não deve ser compreendida apenas como a paisagem morfológica **o visível do espaço geográfico** (o destaque é nosso) e sim como o espaço onde as famílias vivem e produzem (CARNEIRO; MALUF, 2003).

As paisagens podem ser percebidas, ainda, como uma construção mental que foi experienciada e pode ser representada, conforme enfatiza Schama (1996), para quem antes de ser um repouso para os sentidos, a paisagem é obra da mente. Compõe-se tanto de camadas de lembranças quanto de estratos de rochas (SCHAMA, 1996, p.17).

Outros autores como Silveira (2007) trabalham com a ideia de paisagem em uma análise socioecológica, na qual o produto – paisagem – é um híbrido de natureza e cultura: “*cuja análise escapa dos campos tradicionalmente delineados nas ciências naturais e nas ciências sociais*” (SILVEIRA, 2007, p. 122). Nesta perspectiva, pode-se entender a paisagem como o resultado da forma como um grupo organiza o seu mundo conceitual, abordagem esta que se aproxima do conceito de *paisagem marca* utilizado por Berque (2004) onde o sujeito

que compõe e que altera essa paisagem, é um sujeito coletivo, influenciado e que influencia o meio em que vive.

Apreendida assim, a paisagem pode ser vista e percebida a partir de diferentes escalas e recortes. Nesta dissertação, o recorte a ser analisado é a paisagem alimentar, verificando as mudanças que foram processadas com as práticas agroecológicas. Vale ressaltar também, que muitas dessas mudanças, estão na lembrança dos agricultores e foram recuperadas por meio das entrevistas.

4.4 Entra café, sai floresta e comida: a dinâmica das paisagens da Zona da Mata mineira

Apesar do nome, a paisagem atual da Zona da Mata mineira perdeu a sua exuberante vegetação originária. Quase todas as suas matas foram substituídas inicialmente, pelo café, e em seguida, pelas pastagens (VALVERDE, 1958). Além do uso de forma insustentável para a agricultura, parte das florestas foi utilizada para a produção de carvão, para alimentar os fogões à lenha, para a construção e em especial para a siderurgia (DEAN, 1996).

No início da expansão cafeeira na Zona da Mata mineira, década de 1810, a disponibilidade de terras permitia o avanço de novos plantios, onde a derrubada e a queima eram as práticas mais comuns de manejo. Em seguida, as terras enfraquecidas pela cafeicultura eram transformadas em pastagens (RESENDE; RESENDE, 1996). Blasenhein (1982) resalta que os cafezais da Zona da Mata mineira atingiam produtividade máxima em oito anos, começavam a decair por volta dos 16 anos e estavam completamente inúteis em 25 anos, o que levava a novas derrubadas de mata.

Além das queimadas, outros fatores favoreciam a degradação dos solos. Valverde (1958) aponta a forma de cultivo dos cafezais, que eram plantados seguindo a linha de maior declive como um fator importante para a sua erosão. Esta forma de cultivo facilitava o trabalho de plantio e colheita dos grãos, porém, provocava o surgimento de processos erosivos em larga escala. Como consequência, em pouco tempo, os nutrientes do solo eram carregados, as raízes expostas pela erosão, o que resultava na improdutividade das lavouras em curto espaço de tempo quando comparada às lavouras do Estado de São Paulo. Entretanto, até mais do que o plantio seguindo a maior linha de declive, o que mais contribuiu para a erosão foi a forma de manejar a vegetação espontânea, com capinas drásticas expondo demasiadamente o solo (CARDOSO, I.M., informação pessoal).

Em relação à produção alimentar, ainda na década de 1870 os primeiros impactos foram percebidos. Com a alta dos preços do café, iniciada naquela década e intensificada ao final da década de 1880, o café passou a ocupar grande parte das áreas anteriormente utilizadas com cultivos alimentares, extinguindo a autossuficiência regional e causando uma alta generalizada no custo de vida. Isso ocorreu, já que se tornou mais atrativo e compensador adquirir determinados alimentos produzidos no Sul do Brasil do que usar as terras para produção regional destes bens (GIOVANINI; MATOS, 2004). E, paulatinamente, o cultivo do café foi comprometendo a soberania e a segurança alimentar e nutricional da região.

No entanto, o preço do café sofria alterações, e, no final da década de 1890, mesmo sendo a cafeicultura predominante na Zona da Mata mineira, outros cultivos eram plantados em meio aos cafezais, com vistas a assegurar a estabilidade financeira dos cafeicultores. Dentre as culturas cultivadas naquela época, a Zona da Mata mineira produzia o feijão, o milho, o arroz, e a batata entre outros gêneros alimentícios, que eram produzidos para o consumo e para o comércio (BLASENHEIN, 1982). Desse modo, até a década de 1930, a cafeicultura movia a Zona da Mata mineira. Todavia, em decorrência de múltiplos fatores, como por exemplo, a drástica variação do preço do café no mercado mundial, a cafeicultura entrou em decadência não só na Zona da Mata, mas também em outras regiões do Brasil. Frente à crise cafeeira, outras culturas como o arroz, nas regiões de várzea, a cana de açúcar e a pecuária passaram a ser as principais atividades econômicas da região (BDMG, 2000). E assim, as alterações na economia foram remodelando os espaços e as paisagens, e o cultivo do café foi substituído por lavouras brancas onde se cultivava milho, arroz e outros gêneros alimentícios e pelas pastagens para o gado leiteiro.

Estas alterações na paisagem, provocadas pela questão econômica, já foram discutidas por outros autores, dentre eles Santos (1979), para quem o modo de produção, a formação social e o espaço, são interdependentes. Para esse autor: “*os modos de produção escrevem a história no tempo, as formações sociais escrevem-na no espaço* (SANTOS, 1979, p. 15).

E assim, àquela época, o Governo Federal, com o objetivo de recuperar o setor cafeeiro, investiu, entre os anos de 1969/1970, no plantio de café e implantou o Plano Nacional de Renovação e Revigoração dos Cafezais. O Instituto Brasileiro do Café (IBC) foi o órgão responsável por essa atividade, ditando as medidas da política de investimento por meio de empréstimo governamental consignado à adoção do pacote preconizado pela Revolução Verde (OLIVEIRA, 1985).

4.5 A paisagem da modernização agrícola

Este momento do crescimento do café na região, na década de 1970, foi vivido por parte dos agricultores entrevistados no município de Divino. O Sr. Pedro (61) e a Sr.^a Hortência (56), lembram com tristeza da época em que o IBC os obrigava a utilizar os insumos de venda casada¹⁸, agrotóxicos e adubos químicos. Segundo esta agricultora, “*foi por causa dos venenos que o Pedro perdeu um rim*”. O Sr. Élcio (55) relatou que com o incentivo das monoculturas de café, eles perderam o milho e o feijão, o que afetou no consumo alimentar da família. Sr.^a Luzia (58) relatou que as **privações alimentares do passado aconteciam pelo fato de não terem as terras e o patrão não permitir o cultivo de outras plantas no meio do cafezal**. Com os incentivos governamentais para promover a adoção de tecnologias introduzidas pela Revolução Verde as práticas adotadas contribuíram para a degradação ambiental (perda de biodiversidade, poluição por agrotóxicos, erosão, degradação de recursos hídricos e outros) e o empobrecimento da dieta alimentar.

Em decorrência das práticas agrícolas pós Revolução Verde, ou da chamada modernização da agricultura, a maioria dos agroecossistemas na região diminuíram a produtividade (FERRARI, 1996, CARDOSO, et al., 2001). Foram estas práticas também que levaram à redução da segurança alimentar e nutricional, no meio rural, na medida em que alteraram sobremaneira as paisagens rurais, comprometendo o consumo de alimentos (CASTRO, 2001).

A fotografia de uma sequência de máquinas agrícolas (**Fotografia 02**) tem sido utilizada para identificar uma produção típica da agricultura “moderna”, decorrente da Revolução Verde, onde o que se vê é apenas um solo exposto e máquinas. Por outro lado, os sistemas agroecológicos, apresentam outras paisagens, onde a diversidade está sempre presente, conforme **Fotografia 03**, em que retrata um sistema agroecológico típico na Zona da Mata mineira, onde se pode ver a moradia da família; o terreiro de café; o cafezal com abacateiro, bananeiras e outras árvores; o milharal; a mata nativa e as áreas de pastagem. Na paisagem observada na **Fotografia 03** não há dúvida de que há maior diversidade de alimentos.

¹⁸ Venda casada é a imposição da venda de algum produto ou serviço, não necessariamente desejado pelo consumidor, ao adquirir um outro produto (GUIMARÃES NETO, 2012).



Fotografia 02 – Sequência de máquinas agrícola utilizadas em lavoura de grande escala.

Fonte: www.google.com.br/imagens. Acesso em 12 de novembro de 2012.



Fotografia 03: Sistema agroecológico da Roseli e Samuel, Araponga - MG. Fonte: Arne Janssen. 2012.

Diversos estudos como os de Maluf et al. (1996); Valente (1997); Ehlers (1999); Caporal e Costabeber (2000) e Burity et al. (2010) apontam a modernização agrícola,

alicerçada no modelo propagado pela Revolução Verde, como um dos principais fatores para a redução da segurança alimentar e nutricional no meio rural. Isto porque, esta modernização, além de interferir na produção e consumo de alimentos, provoca drásticas mudanças na paisagem rural, levando em curto prazo à redução da diversidade alimentar e, conseqüentemente, à desarticulação da relação entre alimento e produção agrícola. Desta forma, quebra-se a relação direta entre os que produzem e aqueles que consomem.

De acordo com Cardoso e Ferrari (2006), as tendências históricas de superexploração dos recursos naturais da Zona da Mata mineira foram acentuadas com a modernização da agricultura, deixando os sistemas produtivos econômica e ambientalmente mais vulneráveis, alterando o estilo de vida do agricultor, principalmente daqueles que possuem pequenas extensões de terra. Na tentativa de reverter este quadro de danos ambientais e sociais, várias tentativas já foram empregadas, dentre elas a adoção dos Sistemas Agroflorestais (SAFs) (CARDOSO et al., 2001).

Já na década de 1940, Josué de Castro afirmava que a superexploração dos recursos naturais seria a responsável para, em longo prazo, gerar a fome e a desnutrição. Para este autor, no Nordeste, a monocultura intempestiva se impôs,

(...) destruindo quase que inteiramente o revestimento vivo, vegetal e animal da região, subvertendo por completo o equilíbrio ecológico da paisagem e entevando todas as tentativas de certas plantas alimentares do lugar, degradando ao máximo, desse modo, os recursos naturais alimentares da região (CASTRO, 2001. p. 97).

As políticas agrícolas dominantes desde o começo da modernização agrícola favoreceram principalmente às grandes propriedades, à produção especializada, à monocultura e à mecanização. E para atender às exigências colocadas por esta modernização, a agricultura passou a incorporar enormes quantidades de produtos químicos e de técnicas para alcançar uma maior produtividade, ignorando os princípios ecológicos presentes nos agroecossistemas (ALTIERI, 2002).

Uma das conseqüências dessa modernização agrícola foi o esvaziamento do campo, promovendo a exclusão de parcelas significativas dos seus moradores, principalmente os agricultores descapitalizados, uma vez que estes não atendiam às exigências apregoadas pelo novo modelo, a saber: produção em grande escala e padronizada, incorporação e uso intensivo de insumos e tecnologias, integração aos sistemas agroindustriais tradicionais de

*commodities*¹⁹, especialização em cadeias produtivas, acesso às fontes de subsídios financeiros, disponibilidade de recursos naturais, entre outros (SCHNEIDER, 2009). Essa modernização enfraqueceu a capacidade dos agricultores de enfrentar as diversidades impostas pela natureza, consequentemente, fragilizando seus sistemas produtivos e provocando insegurança alimentar e nutricional, afetando drasticamente o poder de escolha sobre o que plantar e o que comer. Dito de outra forma, essa modernização, interferiu, de certa forma, na soberania alimentar das famílias dos agricultores. Nesses parâmetros, a perspectiva de produzir de forma sustentável não é apenas uma escolha política, é estratégia viável de se garantir alimentos para as futuras gerações.

A modernização agrícola provocou, ainda, uma homogeneização dos cultivos (monoculturas) e, portanto, das paisagens. Desta forma, parte dos agricultores, passou a produzir um produto único voltado para o mercado, com forte incentivo de agentes de extensão e assistência técnica, com a crença de que com o dinheiro poderiam, então, comprar no mercado os produtos que necessitariam para a alimentação. Para Ellis (1998) ao apostar na monocultura, as políticas públicas governamentais focavam apenas numa saída lucrativa. No entanto, para este autor, a diversificação aponta para um caminho mais viável tanto do ponto de vista econômico quanto da soberania alimentar.

A incorporação de novos produtos, moldando novos hábitos, tem comprometido a base alimentar local, prejudicando o padrão alimentar na medida em que ocorre a eliminação de alguns cultivos que passam a ser identificados como não adequados ao consumo humano e de pouco *status* social. Este processo tem provocado contínua demanda de aquisição externa, diminuindo a autonomia alimentar destes produtores (BOTELHO; CARDOSO, 2009). Além disso, no momento em que problemas financeiros surgem no bojo da esfera doméstica, o alimento é um dos itens a ser sacrificado (BRASIL, 2004). Ocorre também, a substituição de alimentos tradicionais por outros que passam a fazer parte de novos hábitos alimentares, mas que não oferecem o mesmo valor nutricional (POUBEL, 2006). Neste sentido, têm-se, ainda, as contribuições de Petersen e Gomes de Almeida (2004). Para estes autores:

A homogeneização dos métodos de manejo agropecuário e a extrema artificialização do meio natural favoreceram a expansão das monoculturas para novos biomas, promovendo impactos ambientais negativos de ampla abrangência geográfica e de profundas implicações ecológicas. Perdas irreparáveis para a biodiversidade vem se processando com a eliminação da cobertura vegetal original dos ecossistemas para a

¹⁹ *Commodities* refere-se à mercadoria em estado bruto, ou produto primário de importância comercial. Seus preços são definidos pelas cotações dos principais mercados internacionais (SANDRONI, 1994).

abertura de novas fronteiras agrícolas e com a substituição de variedades locais de espécies cultivadas pelas variedades e híbridos comerciais. Imensas áreas de nosso território vão se inviabilizando para a atividade agropecuária em razão da contaminação e da degradação dos solos e dos recursos hídricos pelo uso intensivo de agroquímicos e pela sobre-exploração desses recursos naturais (PETERSEN; GOMES de ALMEIDA, 2004, p.9).

As alterações da paisagem, com a ampliação dos monocultivos, provocaram significativas mudanças nos *Meios de Vida*, percebidas nos bens comprados, vendidos, nas trocas realizadas, nas receitas que passaram a ser utilizadas, no lixo produzido (as embalagens plásticas começaram a aparecer nas propriedades rurais, em função do aumento da compra dos produtos industrializados) e nos hábitos alimentares.

Os hábitos alimentares, tanto urbanos quanto rurais, passam por um processo de continua homogeneização decorrentes, também, da modernização da agricultura, na medida em que alguns alimentos, adquiridos nos mercados externos, começaram a integrar o cotidiano doméstico, desconsiderando, portanto, as diferenças de cada lugar (WANDSCHEER; SOUZA, 2008). Estas alterações do consumo alimentar, provenientes das mudanças provocadas nas mais diferentes paisagens, delineiam determinados *Meios de Vida* que ajudam a entender, pelo menos em parte, porque é no meio rural que se encontram os maiores problemas de insegurança alimentar.

Pollan (2007), ao estudar o itinerário da carne bovina, das pastagens à mesa, afirma que as paisagens de milho produzidas para alimentar os bovinos em confinamento não consideram a necessidade de preservação dos recursos naturais e ainda consomem toneladas de fertilizantes fósseis, priorizando, apenas, o aumento da produtividade.

A monocultura, com o uso intensivo de agroquímicos, máquinas, variedades geneticamente melhoradas, irrigação de grandes áreas, tem contribuído para a uniformização das paisagens e levado a sérios problemas ambientais como: i) fragmentação dos ecossistemas naturais; ii) divisão e perda de áreas naturais; iii) extinção de espécies, erosão cultural do conhecimento popular, bem como a eliminação do homem das paisagens rurais (CARDOSO et al., 2005).

Para Caporal e Costabeber (2005), a SANS só poderá ser alcançada com estilos de agricultura sustentáveis, com base nos princípios científicos da Agroecologia. Para estes autores:

Os estilos de agricultura devem ser compatíveis com a heterogeneidade dos agroecossistemas, levando-se em conta os conhecimentos locais, os avanços científicos, a socialização de saberes e o uso de tecnologias menos agressivas ao ambiente e à saúde das pessoas (CAPORAL; COSTABEBER, 2005, p 8).

O incentivo ao uso de agrotóxicos compromete a qualidade dos alimentos produzidos e leva a uma mudança da composição da paisagem alimentar. Um exemplo desse comprometimento está relacionado à redução do consumo de legumes e verduras, visto que as hortas dos agricultores agroecológicos da Zona da Mata mineira não estão circunscritas, apenas, aos limites do entorno imediato das casas (**Fotografia 04**). De modo que, na lavoura, ou em sua proximidade, encontram-se vários alimentos, como, a serralha, a taioba, a capiçova, o lobrobo (termos regionais), etc.. Com o uso de agrotóxicos, esses alimentos desaparecem das paisagens, e se presentes não são consumidos, pois, podem apresentar riscos para a saúde humana em consequência dos resíduos de agrotóxicos.



Fotografia 04: Produtos alimentícios no meio do cafezal, propriedade da Sr.^a Valentina e Sr. Nei, Divino-MG, 2012.

Mas não foram apenas as mudanças na paisagem que levaram a alterações no consumo de alimentos. O consumo foi alterado, em especial, em função da alteração nos sistemas agroalimentares. Estes circunscrevem-se nas paisagens, e o manejo adotado para a sua

implementação é determinante para a forma apresentada. Ploeg (2008) denomina este sistema de império alimentar, cuja dinâmica depende não apenas das questões geográficas em que este sistema está inserido, mas também de questões conceituais do que é definido, como comida. Para este autor, o Estado é um importante mediador que, por meio de seu poder de regulação, interfere diretamente naquilo que será produzido e como será produzido. Este império alimentar sofre ainda a influência do mercado que ordena o que será incluído e excluído das paisagens alimentares.

Os diversos estudos (Pollan, 2007; Soares, 2010; Rigotto, et al, 2011,) que associam a produção de alimentos e sustentabilidade mostram que mais que saciar a fome e garantir a SANS, as corporações ligadas ao sistema agroalimentar estão preocupadas apenas com o retorno financeiro advindo desta produção. Nesse sentido, Ploeg (2008) afirma que os impérios alimentares, representados pelas grandes corporações internacionais, direcionam a produção desconectando-a da paisagem natural e produzindo bens alimentares cada vez mais distantes da matéria prima. Por outro lado, este mesmo autor argumenta que a agricultura camponesa pode encurtar as distâncias entre quem produz e quem consome através de cadeias curtas de comercialização.

4.6 A paisagem como lembrança

Considerando a percepção de *paisagem lembrança* (Schama, 1996), os agricultores, entrevistados nesta pesquisa, foram reconstruindo por meio de seus relatos as paisagens de suas infâncias. Paisagens que, na maioria das vezes, não existiam mais; estavam, portanto, apenas nas lembranças. Assim, eles foram retirando de suas memórias a descrição da paisagem onde viviam: a casa, o quintal, as lavouras, o modo de plantar e a forma que interagiam com a paisagem circundante:

“Eu nasci numa casinha de sapé, barreada e com muitos buracos. Tinha uma moitinha de café, só para a despesa, tinha um tal de pinhão, palma que alimentava os cabritos e dava uma fruta cheirosa que a gente comia (saborosa), tinha muito milho, depois que apareceu o arroz. As cabrita era para o leite, toda família tinha uma cabrita para criar os filhos. Tinha lima, não tinha limão. Tinha cana, tinha uma cana de burro que era usada para fazer cerca pois era muito dura, ninguém dos mais humildes tinha acesso a arame, essas coisas assim não, se fosse o caso colocava um bambu no meio e pronto” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca-MG).

Já nesse primeiro depoimento percebe-se como a alimentação era baseada nas paisagens alimentares cultivadas pelos agricultores. Não dava para comprar o café, por exemplo, pois além de caro, não estava disponível nas áreas imediatas, pois os vizinhos não plantavam café para vender, já que todos possuíam cultivos diversificados, voltados, essencialmente, para o auto consumo, onde todos tinham uma “moitinha” de café, para o consumo da família.

Outros relatos mostram que alguns produtos eram direcionados basicamente ao consumo, pois a produção era pequena, o que era associado aos manejos utilizados no passado:

“Na casa da minha mãe a gente não plantava muito, também não produzia nada, sempre punha fogo. De um certo tempo para cá que nós fomos tomando algum conhecimento e paramos de queimar, e passamos colocar adubo também, e agora está do jeito que tá. Na horta é só esterco mesmo. No tempo do meu pai tinha cana, bastante mandioca, batata (doce), colhia bastante batata. [...] A gente criava porco [...] Tinha galinha, elas ficavam solta, era para a despesa, a gente juntava bastante ovo. A gente tentou fazer uma horta mais não deu muito rendimento não, então a gente parou. Horta boa mesmo a gente tem agora” (Marta, 47, Volta Grande, Acaiaca - MG).

“O quintal era pequeno, tinha uns pezinhos de café, e a única coisa que a gente tinha lá para comer era um pé de fava, que dava o ano inteiro. [...]. A água eu não tenho muito bem lembrança, mais acho que era uma mina. Tinha umas galinhas, poucas. Porco não tinha, na verdade a gente não tinha fartura assim para criar porco” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

“A mãe sempre gostou de ter bicho; a gente tinha galinha, porco, nunca gostou de ter bicho assim diferente como galinha de angola. Fruta tinha pouco, ter fruta começou de uns 10 anos para cá; eu lembro que a gente ficava pedindo para um tio que morava do lado. Era uma briga danada, pois ele não gostava muito de dar não. Era um terreiro limpo, era muito comum as casas ter um terreiro limpo. Igual aqui em casa quando eu fui fazer esse jardim, todo mundo ficou falando, nossa mais que absurdo, você vai acabar com o terreiro, isso aqui não é o convencional. Lá na mãe tinha um poço, um açudinho, era eu quem cuidava desse açude, lembro que tinha umas traíras lá comendo minhas acarás. Lá era rodeado por brejo. Água era o que não faltava” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Com a destruição da mata, os próprios agricultores ficaram prejudicados, pois a lenha utilizada para preparar os alimentos deixou de existir, como relatado pela Mônica:

“Tinha pouca árvore, então tinha que inteirar com cana de milho para fazer comida. Plantavam arroz nos brejos, não comprava arroz; plantava feijão, milho e café. Café era menos, mais sobrava da despesa. Tinha muita galinha. O pai vendia de tudo: galinha, ovos, banana, jiló, quiabo. Não tinha carroça, levava nas costas ou pegava a carroça da vó emprestada. Todos os filhos ajudavam a plantar. Tinha uma água que corria direto, só que daí o vizinho plantou eucalipto e a água secou. A mãe e a minha irmã mais velha quem preparava a comida. Comia arroz, feijão, inhame, carne de porco de lata, frango ensopado, feijão com mandioca, com farinha, abobora, tinha muito ovo. Comia só o que plantava. A mãe fazia farinha de

mandioca, polvilho. Brincava muito com boneca de cabaça debaixo das arvores do quintal da vó, subia nos pés de manga” (Mônica, 58, Teixeira, Divino – MG).

Dos depoimentos acima, pode-se perceber o quanto as pessoas moldavam o seu entorno, redesenhando as paisagens: seja pela escolha do local de construção das casas, do curral, da horta, com as plantações - protegendo ou exaurindo os recursos naturais. Percebe-se, ainda, como a intervenção humana interferia na possibilidade de se obter os recursos necessários para a reprodução da família. Os materiais de construção da casa, a comida, o brinquedo, tudo era retirado do entorno imediato. A consequência dos manejos dos vizinhos também foi sofrida pelas famílias que, em alguns casos, perderam a água que abastecia as casas.

Ainda sobre as paisagens memória, os agricultores foram perguntados quanto à forma de cultivo antes de adotarem a Agroecologia. A maioria dos entrevistados, nos dois municípios pesquisados, relatou que as suas paisagens eram construídas utilizando apenas os instrumentos manuais, como enxada, foice e enxadão. Quanto ao uso de agrotóxicos, quando presentes, eram utilizados em pequena quantidade, e se reduzia quase que exclusivamente às formicidas. Apenas duas famílias de Divino relataram o uso constante de agrotóxicos nas lavouras de café. Os adubos químicos, por serem de difícil acesso, eram restritos aos cultivos que seriam comercializados. Os relatos abaixo retratam a forma de produção utilizada anteriormente:

“Cavava e plantava, só usava enxada e foice” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca-MG).

“Nunca usava veneno, adubo só para milho e feijão que uma parte era vendida, os outros não usava nada não” (Vicente, 35, Serra dos Carolas – Divino-MG).

“Arroz plantava no brejo, milho no meio da lavoura de café, esterco, quase tudo era esterco. Feijão também no meio do milho, na lavoura de café. Tudo era arado com boi mesmo, com trator só essas terras mais dura mesmo. Naquela época tudo era capinado” (Adil, 40, Vargem Grande de Cima, Divino-MG).

Pelos depoimentos, percebe-se que o pacote da Revolução Verde não foi adotado integralmente pela totalidade dos agricultores. A adoção foi diferenciada e parcial. Essa diferenciação pode ter sofrido influência das condições econômicas dos agricultores para a adoção do pacote tecnológico apregoado pela Revolução Verde. A aquisição dos insumos químicos e maquinários estavam fora de alcance desses agricultores, devido aos preços

elevados. Desta forma, esses insumos eram utilizados apenas para os produtos que seriam comercializados, atendendo, assim, a uma demanda de mercado.

Com a adoção dos SAFs e de outros manejos agroecológicos, as paisagens foram redesenhadas com a inclusão de diversas árvores, e demais plantas alimentares ou não. Os agrotóxicos foram excluídos e novos manejos foram adotados baseados em tecnologias locais, que são compartilhadas nos diversos espaços de formação, como nos *Intercâmbios Agroecológicos*. No entanto, parte dos agricultores ainda utiliza adubos químicos, principalmente em Divino, onde este insumo é utilizado para o cultivo de café, quase sempre em pequena quantidade.

Além das alterações na produção de bens agrícolas, as paisagens agroecológicas trouxeram de volta outros componentes da fauna, como os pássaros e da flora, como determinadas plantas que já estavam ausentes nestas áreas: *“lembro que tinha muito capim gordura (...), o que não tinha e que aumentou agora é canarinho”* (Salvador, 43, Mata Cães, Acaiaca-MG).

Embora estes pássaros e demais animais possam consumir parte da produção, eles também prestam serviços ambientais e alegam a vida dos agricultores, como relatado pela Paula, que atribui aos manejos agroecológicos o prazer de comer o que plantou e de viver em um lugar agradável:

“É gratificante saber que a gente come o que colheu, saber que não tem veneno, que a semente é nossa. É tão gostoso colher e comer o que a gente planta. E ainda tem uma infinidade de pássaros que vivem aqui, todos os animais querem ficar aqui, até as crianças querem ficar aqui, todo mundo que vem aqui, quer ficar aqui” (Paula, 34, Teixeira, Divino-MG).

A produção, a partir das próprias sementes, traz consigo um importante elemento da soberania alimentar - a autonomia dos agricultores. Nessa pesquisa percebeu-se que vários agricultores produzem suas próprias sementes. Em Divino, em um dos relatórios de *Intercâmbio Agroecológico*, encontrou-se o relato de um agricultor que produz alho há mais de 50 anos, com as sementes herdadas de seu avô. Na família da Sr.^a Helena (59), esta independência também foi relatada e a família comercializa diversos alimentos plantados com sementes que receberam do CTA-ZM há mais de uma década, como alface, alho e cenoura. Contudo, outros depoimentos revelaram que a produção, em especial de hortaliças, muitas vezes é limitada pela falta de sementes, o que foi relatado tanto em Acaiaca como em Divino, principalmente pelos agricultores que plantam hortas para o comércio e têm sua produção

prejudicada pela baixa germinação das sementes adquiridas no mercado. Parte deste problema ocorre porque, devido ao clima, não se produz sementes de algumas hortaliças, como repolho e beterraba na região.

Outra diferença encontrada nas paisagens dos dois municípios relaciona-se aos terreiros, localizados no entorno das casas. Em Acaiaca, onde a produção de café para o comércio limitou-se a uma propriedade, os terreiros de café, utilizados para a secagem, praticamente não foram encontrados. Os estornos das casas eram utilizados para o cultivo de flores, frutíferas ou mesmo horta. Já no município de Divino, o terreiro compõe quase todas as paisagens, sendo em alguns casos cimentado, pois é o local de secagem do café. Apenas em uma família o terreiro foi substituído por jardim e frutíferas, pois mesmo com três mil pés de café em plena produção, os grãos colhidos são secos em espaço coletivo²⁰. Essa ocupação do terreiro com plantas comestíveis e jardim é uma das consequências da utilização de um dos princípios da produção agroecológica, que prevê a diversificação. A diversificação alimentar, no entorno da casa, facilita o consumo por estar tudo à vista e bem perto. Essa disponibilização alimentar proporcionada pelos quintais e hortas já foi estudada em outras regiões e aponta a necessidade de políticas públicas que valorizem e estimulem a produção de alimentos nestes espaços (CARDOSO *et al.*, 2009; GRISA, 2008). Durante as caminhadas pelas propriedades percebeu-se que no entorno das casas todas as famílias destinavam espaços para o cultivo de alimentos, sejam hortas ou pomares.

As condições ambientais da Zona da Mata, em geral, propiciam o acesso à água. Mas, este acesso ocorre de forma diferenciada, dependente da localização e do manejo agrícola adotado. Em algumas propriedades, a disponibilidade de água era pequena. Mas a quantidade de água alterou também com as práticas agrícolas utilizadas. Alguns entrevistados relataram que, no passado, havia muita disponibilidade de água, esta diminuiu e, voltou a aumentar a partir do manejo diferenciado das lavouras:

“Água? Até que essa nossa aqui não diminuiu não, mais do vizinho eu sei que acabou, por que lá foi mais devastado” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

“Morava lá em cima, não tinha aquela mata não, não tinha água de boa qualidade. Daí meu pai passou a cuidar, não deixar queimar, então a água veio, hoje meu pai fornece água para muitas propriedades. Antes era uma aguinha para dividir para

²⁰ Esta família comprou suas terras através do crédito rural. Juntaram 7 amigos e compraram 8 alqueires de terra. Uma parte da terra ficou para uso coletivo, e é neste espaço coletivo que está o terreiro para secar o café.

duas casas, dava até briga para lavar roupa porque não podia lavar num dia só”
(Vicente, 35, Serra dos Carolas, Divino-MG).

A quantidade de árvores também não foi relatada da mesma forma. Alguns depoimentos falavam de muitas árvores e que, inclusive, estas foram derrubadas para suprir as necessidades da família ou ainda para serem comercializadas como lenha. Em consequência destas práticas, alguns depoimentos mostraram que, no passado, a quantidade de árvores era bem menor do que atualmente, quando várias árvores foram integradas às lavouras e nos quintais (sistemas agroflorestais), aproximando, assim das moradias. Por meio dos relatos, pôde-se perceber três momentos para as paisagens: com muitas árvores, antes da Revolução Verde; decréscimo de árvores a partir da adoção dos procedimentos da Revolução Verde e o retorno das árvores com os sistemas agroflorestais. No relato a seguir, percebem-se dois momentos destas mudanças: *“quando eu era criança esse morro era só pasto* (apontando o morro perto da casa). *Hoje, tem mais arvore, que antigamente”* (Adão, 49, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

No entanto, esta não foi sempre a situação da Zona da Mata. Houve, na região, um paulatino processo de degradação, mesmo nas propriedades de pequena extensão. Alguns agricultores relataram que no passado as residências eram cercadas por árvores e que atualmente as árvores deram lugar para as pastagens, mostrando a dinâmica histórica de mata, café, pasto, alimentos e o retorno do café:

“Antes essa mata era bem maior, quando apertava o pai mandava derrubar um trecho para vender a lenha, depois ficou uma área bem boa de mato e veio a proibição de cortar, hoje não corta mais, esse resto ficou preservado, mais era bem mais mato” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

“Nossa casa era de assoalho e pau-a-pique. A água vinha de uma carneira (pequeno instrumento para elevar água). Tinha galinha, muita árvore, hoje tudo é pasto.” (Eva, 47, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“Era um lugar lindo, tinha muitas flores, muitas frutas, muitos pés de abacate, a gente fazia balanço no pé de abacate, tinha uma horta com muito repolho, alho, muita água, muita bananeira, muita fartura, bicho não atacava” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Constata-se, por meio dos relatos, que no passado, os animais eram criados soltos, o que afetava a produção de hortas, as quais se reduziam a pequenos cercados, ou estavam longe das casas, no meio da lavoura. O baixo consumo de saladas, comum àquela época, influenciava e era influenciado por este desenho das paisagens que reduzia ou afastava as

hortas do entorno das casas: *“a horta era bem pequena. As galinhas eram solta, tinha pato, porco, tudo solto”* (Adão, 49, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Outro fator que pode ter interferido no plantio das hortas, e que merece ser aprofundado em outros estudos, é a quantidade de tarefas realizadas pelas mulheres, visto que são as agricultoras que efetivamente cuidam destes espaços e, no passado, não contavam com eletrodomésticos que facilitavam as atividades do dia a dia, como máquina de lavar roupas (tanquinho), geladeira, fogão à gás, etc.

Quanto aos principais manejos utilizados no passado, no município de Acaiaca, vários depoimentos citaram as queimadas indiscriminadas e os desmatamentos como práticas comuns até o final dos anos de 1980, o que contribuiu para o empobrecimento do solo e a perda dos recursos naturais. Já em Divino, a degradação ambiental se deu principalmente pelo desmatamento. Os relatos abaixo indicam como ocorreu este processo de degradação:

“Uma memória que tenho da minha infância era o desmatamento, ouvia carro de boi carregando lenha o tempo todo” (Salvador, 43, Mata Cães, Acaiaca-MG).

“O que fazia de errado era que queimava tudo, eles achavam que bonito era tudo limpo, faltava varrer para plantar. E assim se foi, muita coisa acabou assim, por isso que não dava nada. A gente ainda tem que lutar muito para o povo não continuar destruindo a terra; o fogo de hoje é essa praga de roundup²¹” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca- MG).

“Era muito comum ver as pessoas colocarem fogo, juntava uma paiada e colocavam fogo” (Marina, 33, Mata Cães, Acaiaca-MG).

Se no passado as queimadas estavam associadas à degradação do ambiente, atualmente, para a agricultura convencional, o *roundup* tem feito este papel, com os mesmos danos à natureza, conforme relatado por vários agricultores, reduzindo as possibilidades alimentares, inclusive os peixes. Desta forma, a preocupação com a SANS implica em manejos baseados em princípios ecológicos, redesenhando as paisagens alimentares.

4.7 Paisagem e Produção de Alimentos Agroecológicos

Um dos grandes desafios da humanidade é como garantir a todos, sem distinção, condições de acesso a alimentos de qualidade, permanentemente e em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais e respeitando a soberania alimentar (VALENTE, 2002, DE SCHUTTER, 2010).

²¹ Roundup é o nome comercial de um herbicida utilizado para a capina química.

Nesta pesquisa, o alimento foi compreendido, não apenas como a matéria capaz de transformar-se em fonte de energia, essencial às funções vitais do organismo humano, mas, também, como um dos principais mediadores da relação do ser humano com a natureza, agregando dimensões que vão muito além da produção e do consumo e levantando questões sobre o modelo de produção e as relações estabelecidas durante este processo, bem como durante a preparação e o consumo dos alimentos (VALENTE, 2002; LEÃO, MALUF, 2012).

Assim, as paisagens dos sistemas agroecológicos, geralmente, estão associadas a imagens onde é visível a diversidade de plantas e/ou plantas e animais, com a presença de pessoas trabalhando, geralmente a própria família. A **Fotografia 03**, conforme consta na página cinquenta e dois (52), apresentada anteriormente, representa uma paisagem de um sistema agroecológico com uma diversidade de bens alimentares, de árvores e de café que, além do consumo da família, pode gerar renda.

O café, principal cultivo para comercialização em Divino e presente em pequena quantidade em Acaiaca, tem características favoráveis para os sistemas diversificados, como os agroflorestais. O café ocorre naturalmente em floresta nativa semidecidual²² na Etiópia, em condições microclimáticas que são reproduzidas em sistemas agroflorestais. O período de florescimento do café, quando requer maior quantidade de radiação, coincide com a estação seca, quando as árvores perdem as folhas ou são podadas (FRANCO, 2000, p. 49). Por meio dos relatos e das caminhadas pelas propriedades, percebeu-se que atualmente a diversificação da alimentação se dá, tanto pelos componentes alimentares de origem vegetal, quanto o componente animal, presente em dezessete das dezoito propriedades visitadas.

As galinhas, importante fonte de proteínas, integravam quase todas as paisagens visitadas e estavam presentes nos pratos das famílias pesquisadas, tanto na forma de carne, como de ovos. Além da criação destinada ao consumo da família, os agricultores estavam investindo na criação de galinhas para a venda de ovos para o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Em Divino, mesmo em famílias que ainda não comercializam para o PNAE, a paisagem já estava modificada, pois com vistas a aumentar a venda de ovos, a Associação dos Agricultores comprou uma quantidade grande de pintainhas (pintinhos de poucos dias, ainda sem plumagem) e distribuiu entre os seus associados. Na casa da Sr.^a. Olga (48) e Sr. Élcio (55) que só vendiam café no mercado convencional e mandioca para o PNAE, a esperança de aumentar a renda da família estava alicerçada nas pintainhas.

²² No Brasil, correspondem à Mata Atlântica (CARVALHO, 2003).

As vacas estavam presentes em quatro propriedades das seis visitadas em Acaiaca, e, em Divino, em seis das doze propriedades estudadas. As cabras que foram importantes para a reprodução das famílias no passado, atualmente foram substituídas pelas vacas. Assim, tanto em Acaiaca como em Divino apenas uma propriedade ainda mantém a criação deste animal. Outros animais como patos, perus e peixes eram criados para o consumo das famílias; no entanto, em poucas propriedades.

Os porcos, que no passado eram produzidos por quase todos os entrevistados, deixaram de ser criados na atualidade, principalmente pela redução das áreas cultivadas com o milho, principal alimento utilizado para a criação deste animal. Embora sempre presente nos pratos, os porcos foram encontrados em seis propriedades do município de Divino e em apenas uma em Acaiaca. Essa constatação ratifica a afirmação de Serra (2001) e Silveira (2007), segundo os quais, as paisagens alimentares, a oferta e o consumo de alimentos também são determinados por componentes históricos, sociais, culturais, econômicos e ecológicos. Para Serra (2001), a disponibilidade, o custo, a produção e a distribuição do alimento condicionam seu consumo e integram sistemas normativos socialmente construídos por práticas alimentares distintas. Se por um lado ficou mais barato comprar a carne, a qualidade pode não ser a mesma do passado, pois, os agricultores nem sempre sabem a origem da carne adquirida no mercado, como os animais foram manejados e principalmente a ração utilizada para a criação dos animais.

Isto, acrescido ao fato de que o tripé alimentação - saúde - sustentabilidade deve ser construído em bases que favoreçam o equilíbrio nos agroecossistemas e a preservação da biodiversidade – princípio da Agroecologia e pilar para a produção diversificada de alimentos, inclusive da criação animal que servirá de fonte de proteínas para a alimentação das famílias.

A ação humana para a construção dos sistemas agroecológicos procura sempre manter as funções essenciais do meio ambiente (ALTIERI, 1989). No entanto, a relação homem-natureza, nos sistemas convencionais, tem se dado sobre bases insustentáveis, colocando em risco o próprio conceito de “renovabilidade” dos recursos naturais, na medida em que a superexploração destes recursos tem tornado os mesmos não renováveis. Conforme Rodrigues: *alguns recursos que até recentemente eram considerados “renováveis” como a água, o ar, a vegetação e mesmo os solos, sofrem um processo irreversível de esgotamento, poluição e destruição, tornando-se hoje recursos “não renováveis”* (RODRIGUES, 1993, p.80). (Destques no original).

Esta exaustão dos recursos ambientais está diretamente associada ao consumo de alimentos, e muitas vezes estimulada pela mídia e, inclusive, pelos nutricionistas que planejam refeições e/ou efetuam ações de educação alimentar e nutricional sem considerar a sazonalidade dos alimentos. Ao tratar da Agroecologia e alimentação, Khatounian (2001) mostra a necessidade de se relacionar a sazonalidade ou safra de alimentos. No passado, além de observar o tempo de plantar e de colher, as pessoas, moradoras das zonas rurais, comiam, principalmente, aquilo que estava em seu entorno, estabelecendo, portanto, estreita relação com as condições do ambiente circundante (paisagens alimentares) e os aspectos culturais, comiam aquilo que tinham disponível e que culturalmente era aceito como comida. Desta forma, as pessoas dependiam essencialmente da natureza imediatamente próxima, o que implicava em assegurar a permanência deste ambiente, minimizando, portanto, os impactos das práticas agrícolas e do uso dos recursos naturais. Para Khatounian (2001), safra, valor nutricional, aspectos sociais e cultura se misturam e criam importantes eventos sociais:

Historicamente, a sazonalidade foi uma das marcas das dietas humanas. A natureza é cíclica, e o ciclo anual das estações foi evolutivamente incorporado ao ciclo de vida da quase totalidade dos organismos de que o homem se alimenta. Com isso, em todos os quadrantes geográficos do planeta, sempre houve os tempos de safra e entressafra de cada cultura ou criação, bem como dos alimentos obtidos por preação ou coleta. Na cultura alimentar do Brasil, por exemplo, estabeleceram-se o tempo do milho verde, o da manga, o das laranjas, o do umbu, etc. A sazonalidade da dieta, incorporada à cultura alimentar sob a forma de pratos de cada época, era um vínculo entre a alimentação humana e os ciclos da natureza. Essa sazonalidade incorporava também a esfera social, nos eventos ligados às safras, tais como as pamonhadas, as rodas de farinha, e as festas juninas (KHATOUNIAN, 2001, p. 54).

A desconsideração da safra dos alimentos e, conseqüentemente, do ritmo da natureza, têm contribuído para o uso de insumos químicos com conseqüente elevação dos custos de produção, à desvalorização dos produtos regionais, e ainda maior impacto ambiental. Assim, a sazonalidade e a regionalidade que eram linhas mestras da dieta dos humanos passam a ser desconsideradas (KHATOUNIAN, 2001).

Tanto no município de Acaiaca como em Divino, os agricultores associavam o consumo de alimentos da safra, qualidade dos alimentos e o respeito à sazonalidade, conforme pode ser observado nos relatos abaixo:

“É muito bom saber que você está plantando da forma certa, colher e comer na hora. A gente vende para a alimentação escolar, só as coisas da época. É muito bom você saber que não precisa por nada na geladeira, comendo só as coisas da

época, e quando eu não tenho uma verdura os vizinhos trocam” (Violeta, 51, Comunidade do Maracujá, Acaiaca-MG).

“Produzir agroecologicamente, é um pouco complexo, é respeitar tudo, não forçar a barra de nada, por exemplo, quiabo ele só dá uma vez por ano, então a gente tem que respeitar” (Lérída, 27, Carangolinha, Divino-MG).

4.8 Sistemas agroecológicos: bagunça ou equilíbrio ambiental?

As paisagens são percebidas de acordo com as lentes que são formadas segundo a trajetória social, cultural e econômica de cada um (SILVEIRA, 2007). As caminhadas feitas pelas propriedades apresentaram-nos uma diversidade de paisagens alimentares realmente impressionante. No município de Acaiaca, estas paisagens vem sendo construídas, principalmente, com o incremento das hortas, aumento da produção de feijão, de milho, de frutíferas e criação de animais. A **Fotografia 05** retrata um fragmento de uma paisagem encontrada em Acaiaca, na comunidade de Mata Cães, em que a horta passa a integrar diversos espaços - no entorno da casa e entre as árvores frutíferas. Além das hortaliças plantadas diversas plantas espontâneas comestíveis integram a paisagem e têm contribuído para a alimentação da família e também para a comercialização:



Fotografia 05: Horta no meio do Pomar na Propriedade da Marina e Salvador, Acaiaca-MG, 2012.

Já no município de Divino (**Fotografia 06**), em todas as propriedades visitadas, o café era o componente principal das paisagens, sempre associado a outros cultivos, alimentares ou não. Dentre as espécies cultivadas para a alimentação humana ou para servir de ração para os

animais, encontrou-se banana, abacate, batata doce, mandioca, milho, feijão, citros, dentre outras e uma grande variedade de plantas espontâneas utilizadas na alimentação.



Fotografia 06: Sistema agroflorestal da Luiza e Paulo, Divino-MG, 2012.

Essas mudanças, percebidas nas paisagens, conforme constam nas **Fotografias 05, 06 e 07**, aconteceram de forma gradativa após as famílias entrarem no processo de transição agroecológica. O minhocário, por exemplo, (**Fotografia 07**), é decorrente das trocas de conhecimentos que acontecem nos *Intercâmbios Agroecológicos* onde através do diálogo entre agricultores e pesquisadores algumas famílias resolveram experimentar a utilização do húmus de minhoca, para melhorar a qualidade dos solos. Os minhocários em questão estão sendo estudados por uma pós-graduanda em nível de doutorado na UFV com o objetivo de avaliar a vermicompostagem associada ao pó de rocha.



Fotografia 07: Minhocários na propriedade da Sr.^a Eva e Sr. Adão, Divino-MG, 2012.

Embora as paisagens agroecológicas possam ser percebidas por alguns como desleixo, abandono, bagunça, o manejo dessas paisagens, em sua maioria, demanda elevada mão de obra e muita observação e interação com o sistema, pois conforme o relato a seguir, é preciso perceber as necessidades dos agroecossistemas:

*“Tem dois anos que eu estou mexendo aqui nesta lavoura; olha a minha lavoura e olha a do lado, [...] não é que ele joga veneno nem nada não, é só mesmo pela quantidade de árvore, bananeira, mandioca e até mesmo de mato que tem na minha lavoura, pois, o controle de mato na minha lavoura é muito severo mesmo, eu vejo a hora, a altura de cortar, pois a Agroecologia tem hora que é vista meio como abandono, e tem vez que é mesmo, então nós **temos que provar para nós e para os outros que dá certo mesmo**. E para provar você tem que fazer as coisas como devem ser feitas, bananeira você não pode deixar entouceirar, essas árvores eu até pensei em podar semana passada, porque eu uso para lenha, quase toda a lenha que nós usamos, aqui em casa, é de poda, só que daí eu pensei tem que colher o café primeiro senão vai ficar ruim demais colher o café no sol. Uma parte eu deixo por causa da matéria orgânica. **E a Agroecologia não pode ser para atrapalhar a nossa vida é para facilitar, nisso aí eu sou bem chato**” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).*

Do depoimento acima pode-se perceber que os sistemas agroflorestais além de produzirem mais conforto térmico, e proteção contra a irradiação solar, fornece ainda matéria orgânica para o solo e lenha para preparar os alimentos.

Na maior parte das famílias visitadas, a diversidade alimentar, percebida nas caminhadas, virava comida e contribuía significativamente para a SANS das famílias. As imagens seguintes retratam os pratos com os alimentos disponíveis para as principais

refeições oferecidas nos dias da pesquisa. Todas as fotos foram feitas dos pratos da pesquisadora, não retratando, portanto a quantidade servida pelos entrevistados. Esta opção de fotografar o prato da pesquisadora se deu como medida para evitar constrangimento por parte dos agricultores e para que todos os alimentos disponíveis naquela refeição fossem representados.



Fotografia 08: Prato montado com os alimentos disponíveis (arroz, feijão, angu, taioba refogada, salada de salsa e pó da folha de mandioca) para a refeição na casa da Marina e Salvador, Acaiaca-MG, 2012.

A **Fotografia 08** apresenta um componente novo na alimentação da família: o pó da folha da mandioca, que tem sido utilizado diariamente, por toda a família como fonte de vitaminas. Outra novidade decorrente da reflexão sobre alimentação e saúde é a oferta da salsa em forma de salada, que anteriormente era utilizada apenas para tempero e em menor quantidade. Nesta refeição todos os alimentos disponíveis foram consumidos por toda a família. Dos alimentos oferecidos na refeição a maior parte foi produzida na propriedade, apenas o arroz, o sal e óleo foram adquiridos em mercado convencional. A proteína de origem animal, indisponível nesta refeição, também tem sido alvo das reflexões das famílias e seu consumo no dia a dia tem se reduzido, o que a família alega questões relacionadas à saúde. Esta reflexão é fruto, principalmente, do contato com alguns técnicos da CTA-ZM que não consomem carne, e pela participação da família em espaços promovidos pela Igreja Católica que ao trabalhar a questão da saúde associam o excesso de consumo de carne a doenças. Entretanto, ressalta-se que em princípio a Agroecologia não é contrária ao consumo

de carnes. Em muitos casos, o incremento da própria integração animal-lavoura favorece este consumo. Contudo, busca-se refletir sobre a qualidade da carne, sua procedência, o que inclui os cuidados com os animais, no que se refere à alimentação e ao conforto.

Em outras famílias, a carne foi consumida, conforme pode-se perceber nas **Fotografias 09, 10 e 11.**



Fotografia 09: Prato colorido com arroz, feijão, angu, salada de couve e cheiro verde, tomatinho e carne moída. Residência da Marta e Luiz, Acaiaca-MG, 2012.

Em vários depoimentos, os agricultores relataram que aprenderam a comer salada de couve a partir das trocas de experiências realizadas tanto nos *Intercâmbios Agroecológicos*, como nos encontros promovidos pela participação das mulheres no curso de formação em Agroecologia e nas oficinas de boas práticas de produção, onde a discussão sobre soberania alimentar e SANS incentiva o consumo dos alimentos locais e com novas formas de preparo, valorizando sempre as propriedades nutricionais dos alimentos. Nesta perspectiva, pode-se afirmar que a opção por uma alimentação mais saudável, não ocorre de forma espontânea ou baseada em práticas populares, é sim uma (re)construção que busca a articulação entre o conhecimento tradicional e o conhecimento científico. Portanto, o prato colorido da **Fotografia 09**, apresentando uma variedade alimentar e um modo de preparo diferenciado é certamente, fruto dos diversos espaços de formação propiciados pela Agroecologia e por outras formas de interação social.

Em algumas residências, percebeu-se um diversificado consumo de saladas (**Fotografia 10**), associado à tradição da comida mineira, que, tradicionalmente, consome praticamente todas as verduras refogadas. Na **Fotografia 10**, observa-se a salada de alface junto com o guisado de quiabo, a carne de porco e o angu que estavam compondo o cardápio do dia. Esta diversificação no consumo de alimentos, principalmente das saladas, é introduzida principalmente a partir das ações relacionadas às reflexões agroecológicas, que além de estimular a diversidade dos alimentos produzidos, têm provocado importantes debates acerca da SANS. Assim, desta forma, ocorre a valorização das receitas tradicionais, ao mesmo tempo em que se introduzem novas receitas.



Fotografia 10: Diversidade alimentar: arroz, feijão, costelinha de porco, guisado de quiabo com chuchu, salada de alface, cenoura e cheiro verde. Residência da Bárbara, Acaiaca-MG, 2012.

Na **Fotografia 11**, observa-se o encontro do tradicional com o novo. O tradicional arroz, feijão, frango caipira e angu com as novidades introduzidas pela Agroecologia: salada de couve e farofa de beterraba e cenoura.



Fotografia 11: Prato com os alimentos disponíveis: arroz, feijão, angu, frango caipira, farofa de cenoura com beterraba e cheiro verde, salada de couve. Residência da Sr.^a Eva e Sr. Adão, Divino-MG, 2012.

Nestes pratos além do colorido, recomendado pelos nutricionistas, grande parte dos alimentos foi produzida de forma sustentável pelas próprias famílias, lhes assegurando qualidade química, respeito à natureza e soberania alimentar. Na refeição disponível na **Fotografia 11**, a família comprou apenas o arroz, o sal e a farinha; os demais alimentos foram produzidos na propriedade, inclusive a gordura de porco utilizada no preparo. Embora a família cultive mandioca, a farinha, utilizada na farofa foi adquirida na Associação de Agricultores Familiares do município, que comercializa alguns produtos dos agricultores.

Antes de adotarem os manejos agroecológicos, a produção de alimentos para o auto consumo foi relatada por todos os agricultores. No entanto, a diversidade dos alimentos produzidos era menor. A **Tabela 05 retrata** os principais alimentos lembrados pelos agricultores e que eram cultivados e consumidos na infância dos entrevistados.

TABELA 05 - Principais alimentos que integravam as paisagens alimentares, da infância, dos entrevistados de Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Alimento	Nº de famílias que cultivam em Acaiaca (%)	Nº de famílias que cultivam em Divino (%)
Abacate	0 (0,00)	9 (75,00)
Arroz	5 (83,33)	12 (100,00)
Amendoim	2 (33,33)	11 (91,66)
Banana	5 (83,33)	11 (91,66)
Batata doce	3 (50,00)	9 (75,00)
Cabras	5 (83,33)	9 (75,00)
Café	4 (66,66)	12 (100,00)
Cana de açúcar	5 (83,33)	12 (100,00)
Fava	5 (83,33)	10 (83,33)
Feijão	3 (50,00)	7 (58,33)
Feijão miúdo	4 (66,66)	5 (41,11)
Galinha	5 (83,33)	11 (91,66)
Inhame	4 (66,66)	11 (91,66)
Limão	3 (50,00)	9 (75,00)
Verdura de folha	6 (100,00)	11 (91,66)
Mandioca	4 (66,66)	11 (91,66)
Milho	4 (66,66)	12 (100,00)
Porco	5 (83,33)	11 (91,66)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Outros alimentos foram citados por uma, ou no máximo duas famílias, como parte das paisagens alimentares de suas infâncias: pinhão, palma, lima, jaca, trigo. Como esta sistematização dos alimentos cultivados no passado foi elaborada a partir dos relatos, pode ser que algum alimento tenha sido esquecido e/ou mesmo deixado de ser citado por ser julgado como de pouca importância na alimentação das famílias.

Atualmente, a diversidade de alimentos produzidos aumentou e com isso a alimentação tornou-se mais diversificada (**Tabela 06**). Como a diversidade é um dos pilares da Agroecologia, pode-se afirmar que esta diversificação é resultado da incorporação dos princípios agroecológicos pelas famílias.

TABELA 06 – Alimentos que integravam as paisagens alimentares, em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Alimento	Nº de famílias que cultivam em Acaiaca	Nº de famílias que cultivam em Divino
Banana (várias espécies), cana de açúcar, galinha, couve, inhame, espontâneas comestíveis, feijão, manga, limão rosa	6	12
Abacate, alface, cebolinha, salsa, chuchu, laranja, mexerica, limão doce, tomatinho	6	11
Abacaxi	5	6
Abiu	3	5
Abóbora	3	10
Abóbora d água	6	9
Acelga	1	3
Acerola, mamão, milho	6	10
Alho	6	5
Almeirão	5	9
Ameixa amarela, lichia	1	8
Ameixa preta	1	3
Amendoim	2	4
Amora, beterraba, pêssego	5	8
Batata doce	4	7
Brócolis, pitanga	3	6
Café	2	12
Caju	3	4
Capuchinha	2	5
Cará do ar (cará moela), maracujá doce, coco anão	3	3
Carambola	3	8
Cenoura, lobrobo	5	10
Cidra, jabuticaba	4	8
Coquinho amarelo	0	4
Eugenia (jambo roxo), maracujá azedo, morango	3	5
Goiaba	4	9
Graviola	6	8
Jambo	1	3
Jamelão	2	5
Jiló	6	9
Jussara (palmito)	2	10
Mandioca	5	11
Porcos	1	6
Repolho	4	4
Romã	3	5
Vacas	4	7

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Outros alimentos também estavam presentes, porém, em menor quantidade; no máximo em duas propriedades onde se pôde encontrar a araruta, o arroz, a fisales, o pimentão, o milho para pipoca, a couve chinesa, a groselha, a rúcula, o jacatupé²³ e a couve flor. Além

²³ Jacatupé é o nome popular para uma planta alimentar e medicinal, rica em amido, que tem sido reintroduzida nas propriedades agroecológicas, cujo nome científico é *Pachyrhizus erosus* L. Urban (STAMFORD, et al., 2008).

das plantas utilizadas na alimentação, uma diversidade de plantas medicinais foi encontrada em todas as casas, principalmente no município de Divino.

Como um resultado da adoção da Agroecologia, os agricultores têm refletido sobre a autonomia alimentar e assim com a exceção de alguns itens alimentares como o arroz, o óleo, o açúcar, o trigo, eles têm procurado consumir, principalmente, os alimentos por eles produzidos. O que reflete inclusive no consumo de carnes, que naquelas propriedades que não criavam animais com finalidades alimentares, este consumo foi reduzido. Nos depoimentos abaixo pode-se perceber o desejo de reduzir o consumo de alimentos comprados, até mesmo aqueles que culturalmente, nos dias atuais, estão presentes nas grandes refeições como o arroz:

“Consumir é um prazer absoluto, eu falo a verdade, até parece que a gente não discute, mais discute muito, é igual comer canjiquinha na janta, já pensou você reduzir cinquenta por cento no consumo de arroz? Por que o milho a gente produz” (ALBERTO, 28, Vargem Grande, Divino-MG).

4.9 Paisagens e políticas públicas

As paisagens retratam as transformações processadas ao longo dos anos, decorrentes das intervenções ambientais, culturais políticas e econômicas (COSGROVE, 2004). Assim, novas paisagens são redesenhadas pela influência das políticas públicas, sendo que estas alterações serão percebidas em maior ou menor escala, de acordo com o grau de adoção de cada política.

Ao estimular a Revolução Verde, seja pelo seu financiamento ou pelas ações de assistência técnica, o Estado alterou diversas paisagens deixando a sua marca cravada nos desenhos dos monocultivos e nas mentes dos agricultores.

Nesta pesquisa, a presença das políticas públicas na construção das paisagens rurais foi percebida, principalmente, por meio de três políticas: 1) Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (PRONAF); 2) Lei 11.947/09, (que dentre outros assuntos trata da compra direta da agricultura familiar para o PNAE) e, 3) Programa Nacional de Habitação Rural (PNHR), um componente do Programa Minha Casa Minha Vida.

Em Divino, município em que todos os agricultores acessaram alguma modalidade do PRONAF, esta política pública possibilitou acesso a créditos para a realização de diversos projetos que sem estes recursos não seriam executados, como reformar ou construir os terreiros de café e ampliar o investimento nas lavouras. Em Acaiaca, uma agricultora acessou

o PRONAF para comprar vacas, que além do consumo familiar de leite e seus derivados, está gerando renda pela venda de queijo e requeijão. Outro produto de grande importância para esta agricultora é o esterco, adubo para a horta. Dessa forma, o sistema vai paulatinamente se diversificando e se fortalecendo. Com o esterco produzido, por exemplo, melhora a fertilização das hortas e os produtos dos SAFs melhoram a alimentação animal (FREITAS et al. 2009).

Outra política pública bastante percebida nos municípios foi o Programa Nacional de Habitação Rural (PNHR), além de possibilitar a construção da casa nova, para duas agricultoras entrevistadas em Divino e uma em Acaiaca, tornou-se um importante meio de vida para um agricultor entrevistado de Acaiaca que diversificou sua renda trabalhando na construção de casas. Tanto em Divino, como em Acaiaca, outros agricultores entrevistados já entraram com a documentação para acessarem os recursos do PNHR. Nestes dois municípios é o Sindicato de Trabalhadores Rurais que media toda a relação entre os agricultores beneficiários do PNHR e a Caixa Econômica Federal, órgão do Governo Federal responsável pela execução do programa.

É mister salientar que houve importantes alterações nas paisagens a partir da Lei 11.947/09, que entre outros assuntos, determina que no mínimo 30% dos recursos financeiros repassados pelo Governo Federal aos Estados, Município e Distrito Federal pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) devem ser utilizados com a compra de gêneros alimentícios da agricultura familiar. As alterações nas paisagens referem-se, principalmente, ao aumento da quantidade de legumes e verduras cultivadas, além da criação de galinhas, tanto para a venda de ovos como para a venda de frangos, conforme observado em Acaiaca. Além de elevar a quantidade produzida, a diversidade dos alimentos produzidos, tais como: cenouras, beterrabas, alho e repolho, também aumentou. Fato que fez com que tais alimentos passassem a compor este cenário. Esta Lei alterou, ainda, a paisagem do prato dos agricultores que, ao comercializarem para o PNAE, perceberam seus alimentos valorizados e aumentou o consumo dos mesmos, como o caso do lobrobo em Acaiaca, que antes era consumido eventualmente e agora passou a ser consumido semanalmente. Assim, ao fazer a colheita para a venda, os agricultores disponibilizavam parte desse produto, para o consumo familiar.

As mudanças nas paisagens foram também provocadas pelo controle dos agricultores em busca da qualidade dos alimentos. Em Acaiaca, o depoimento da Marisol (50), mostra como esta política está interferindo nos modos de produção de alimentos:

“As pessoas não produzem de maneira agroecológica porque acham que é mais fácil produzir com veneno. Mas, é porque não fazem as contas, pois se fizer vão ver que é muito mais lucrativo produzir de forma agroecológica. Agora com o PNAE isso vai mudar. Aqui em Acaiaca só pode vender para o PNAE quem está produzindo sem veneno. Inclusive fizemos reuniões para isso e estamos fiscalizando” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca-MG).

Para que esses agricultores pudessem se inserir no mercado institucional proporcionado pelo PNAE, diversas atividades de formação foram promovidas pelo CTA-ZM que contribui desde a discussão dos procedimentos de gestão, articulação com os diversos atores envolvidos (gestores públicos, nutricionistas, manipuladores de alimentos) e promoção de cursos de boas práticas de manipulação de alimentos. Certamente, estas políticas públicas foram positivas no fortalecimento dos *Meios de Vida* dos agricultores; entretanto, deve-se ressaltar a necessidade de assistência técnica para esses agricultores, visto que, a edição de uma política pública por si só não é capaz de mudar a realidade, construindo novas paisagens.

Seguindo essa linha de raciocínio, ao considerar que os debates sobre a SANS não se restringem à superação da fome e que além do aporte nutricional, o direito humano à alimentação adequada deve ser conseguido, com soberania alimentar e sustentabilidade ambiental, social e econômica, os sistemas agroecológicos pautados em princípios éticos e ambientais apresentam-se como uma possibilidade para a superação da insegurança alimentar, principalmente dos agricultores, titulares de suas terras e que ampliam o consumo alimentar por meio da diversificação das paisagens.

Na busca pela produção de alimentos de forma sustentável, os SAFs têm se apresentando como uma alternativa viável, ao gerar benefícios múltiplos que, dentre outros, destacam-se: melhoria da alimentação humana, diversificação na oferta de produtos para o mercado e maior preservação da natureza. Além das lavouras de café, encontradas, principalmente, no município de Divino, os quintais das famílias estudadas constituíam-se de SAFs. Em todas as famílias visitadas, percebia-se uma grande variedade de árvores, muitas delas frutíferas, consorciadas com outras plantas: comestíveis e ornamentais o que interferiu diretamente na diversificação dos alimentos consumidos.

Em algumas famílias estas paisagens eram compostas também por animais como: galinhas, patos, porcos, etc. Tais animais caracterizavam-se como importantes fontes de proteínas e, em alguns casos, contribuíam para a diversificação da renda dessas famílias.

No caso dos dois municípios estudados, a Agroecologia articulada às políticas públicas permitiu novos (re)desenhos das paisagens e uma redução no custo da produção, e propiciou novos bens destinados à comercialização, quais sejam: a lenha e a madeira, produzidas e manejadas de forma sustentável e os novos alimentos produzidos entremeio ao café. Além disso, gerou a produção de novos alimentos que podem estar redefinindo os hábitos alimentares. E como foi dito por uma agricultora entrevistada “*produzir alimentos de forma sustentável é preservar a própria vida*” (Lérida, 27, Carangolinha, Divino-MG).

5. Saúde e Agroecologia: quando o alimento vira comida

5.1 Introdução

“Se o povo plantar três coisas: milho, mandioca e cana ninguém passa fome” (Augusto, 61, Divino-MG).

Este capítulo tem como objetivo discutir aspectos da saúde e como ela é percebida e promovida por alguns agricultores, denominados, agroecológicos ou em transição agroecológica de dois municípios da Zona da Mata de Minas Gerais, Acaiaca e Divino e ainda, avaliar a relação entre a Agroecologia e a saúde destes agricultores. Os dados encontrados na pesquisa de campo foram analisados e discutidos relacionando-os aos aspectos culturais e sociais da alimentação.

Nos dias atuais, em que a saúde está cada vez mais comprometida, inclusive pelo consumo de alimentos de baixo valor nutricional (Poubel, 2006) e com elevada contaminação química (Rigotto, 2011), torna-se necessário um maior diálogo entre Agroecologia, soberania alimentar e SANS. Principalmente ao considerar que a soberania alimentar e SANS dependem da produção de alimentos de elevado valor nutricional, em quantidade suficiente e que respeite a cultura local. Alimentos estes que irão em um primeiro momento promover a saúde, pois não há saúde sem alimentação de qualidade (POUBEL, 2006).

A definição de saúde universalmente aceita foi construída a partir da criação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da publicação de sua carta de princípios, em 7 de abril de 1948. O texto reconhece o direito à saúde e a obrigação do Estado na sua promoção e proteção: "Saúde é o estado do mais completo bem estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade" (PELICIONI, 2005; WESTPHAL, 2006). Todavia, o texto elaborado pela OMS não discorre sobre os instrumentos para materializar esse direito.

No Brasil, o movimento pela "Reforma Sanitária" encampou os primeiros movimentos em prol da construção do Sistema Único de Saúde (SUS). O ponto forte dessa mobilização foi a 8ª Conferência Nacional de Saúde em 1986, e desde então os movimentos pela saúde estimularam os debates pela segurança alimentar. Foi no contexto da 8ª Conferência Nacional de saúde que aconteceu a I Conferência Nacional de Alimentação e Nutrição (LEÃO, 2012).

Como resultado da expressiva mobilização social pela saúde, em 1988 a Constituição Brasileira insere a saúde como um direito. Porém, evita-se discutir a definição de saúde, afirmando apenas em seu artigo 196 que: *"A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a promoção, proteção e recuperação"*.

Tendo isso em vista, pode-se afirmar que a promoção da saúde, passa, entre outros fatores, obrigatoriamente, pelo dever do Estado, de garantir a soberania alimentar e SANS. E, para que este direito se concretize, tornam-se necessárias ações, tanto do Governo como da

sociedade civil. No conjunto destas ações, deve-se pensar no sistema agroalimentar visando à produção de alimentos saudáveis e a construção de hábitos alimentares²⁴ que recuperem, promovam e mantenham a saúde.

A construção de hábitos alimentares adequados deve ocorrer em estreita relação com os aspectos culturais, pois, a SANS não se refere apenas à qualidade dos alimentos consumidos e à possibilidade de acesso aos alimentos. A SANS deve ser vista de forma interdisciplinar, onde cada significado que o ato de alimentar carrega, deve ser compreendido. Comer é um ato cultural (Laraia, 1986) e também político (BARBOSA; CAMPBELL, 2006). Para Laraia (1986), o ato culinário é um produto cultural, todavia não existiria cultura se o homem não tivesse acesso à alimentação.

Para Pollan (2007) comer é um ato que deve ser refletido. Ao ocupar o topo da cadeia alimentar, industrial, o homem simplesmente come, sem refletir nas possibilidades futuras de alimentação, sem avaliar os aspectos ambientais, nutricionais, econômicos e sociais da sua comida cotidiana.

Bourdieu (2008) enfatiza que a comida é a linguagem que representa o universo simbólico do grupo. No mesmo sentido, Lévi-Strauss (1979) afirma que a cozinha codifica e expressa as transformações de natureza em cultura; a cozinha (fogo) é o elo de mediação entre natureza e cultura, pois é onde substantivos naturais serão elaborados e transformados em comida conforme a cultura de uma sociedade.

As dimensões culturais do comportamento alimentar foram estudadas por Freitas (1996) que partindo da visão de Bourdieu afirma que a comida representa valores simbólicos antigos e modernos, ressaltando características regionais e padrões socioculturais: (...) *a comida representa a manifestação da organização social, a chave simbólica dos costumes, o registro do modo de pensar a corporalidade no mundo, em qualquer que seja a sociedade* (FREITAS, 1996, p. 2).

5.2 Agroecologia e saúde: uma construção processual

“Agroecologia para mim é essa riqueza de você chegar e ter tudo, meu sonho era tudo, tudo mesmo que eu consumo. Eu acho uma riqueza muito grande você produzir para o consumo e ainda ter para ajudar os outros, e assim vai aumentando essa paixão pela terra! Uma coisa também é fazer de tudo para que não joguem veneno na terra” (Valentina, 52, Serra dos Delfinos- Divino- MG).

²⁴ Hábito foi empregado como “*uma parte integrada da totalidade cultural*” em que os sujeitos estão inseridos CONTRERAS, ARNÁIZ (2005).

A agroecologia, em especial no Brasil, é concebida enquanto movimento, prática e ciência (WEZEL et al., 2009). Enquanto movimento procura articular alternativas sustentáveis para a transição da agricultura. Enquanto prática, a Agroecologia vem sendo construída com a contribuição de diversas áreas do conhecimento e se propõe a superar diversos problemas sociais e ambientais que envolvem os sistemas alimentares. Por incorporar princípios ecológicos e sustentáveis, estudos mostram que a Agroecologia pode permitir aos agricultores, inseridos nesta perspectiva, o acesso a alimentos e a ambientes mais sustentáveis e saudáveis (ALTIERI, 1995, 2002; DE SCHUTTER, 2010). Enquanto disciplina científica, a agroecologia foi concebida como a ciência que estuda os agroecossistemas. Entretanto, o conceito de Agroecologia ampliou-se e atualmente incorpora o estudo dos sistemas alimentares. Nesta nova conceituação, inclusive, os consumidores são considerados parte deste sistema (WEZEL et al., 2009). O desenho de agroecossistemas sustentáveis leva em consideração práticas agroecológicas, como o resgate e a manutenção de sementes crioulas pelas famílias agricultoras, a conservação de recursos naturais, a diversificação da produção, técnicas de manejo que conservem a biodiversidade, o solo e a água, a produção de alimentos limpos e a articulação de novas redes de distribuição e consumo de alimentos (GLIESSMAN, 2000).

A diversificação da produção possibilita uma maior oferta de alimentos para a família e evita a homogeneização da dieta (Wandscheer; Souza, 2008), portanto, contribuindo com a saúde através de uma alimentação nutritiva e diversificada.

Para Sevilla Guzmán (1997), a Agroecologia constitui um campo do conhecimento que promove o manejo ecológico dos recursos naturais, incorporando uma ação social de caráter participativo. Isso se realiza através de um enfoque holístico e uma visão sistêmica, valorizando e estimulando a participação local e que permite a troca de conhecimento entre os agricultores e a comunidade científica. Assim compreendida, a Agroecologia possibilita uma abordagem sociológica dos manejos ecológicos para além da agronomia, contribuindo para o desenvolvimento local sustentável e cumpre o papel de dar voz aos processos e às dinâmicas sociais dos agricultores.

De acordo com Altieri (2002), maior autonomia tem sido alcançada por produtores agroecológicos que diversificam sua produção e dependem menos do mercado, pois passam a utilizar menos insumos externos na agricultura. Desta forma, a discussão sobre manejos produtivos que garantam autonomia aos agricultores na produção de alimentos deve estar presente nas agendas e nos debates sobre a saúde coletiva, tanto em nível governamental

como da sociedade civil. Esta autonomia também pode ser expressa na forma de soberania alimentar, já que ao diversificar a produção, não necessita de adquirir no mercado grande parte dos alimentos.

Em estudo produzido especialmente para a Organização das Nações Unidas (ONU), DE SCHUTTER (2010), afirma que projetos de agricultura agroecológica em 57 países trouxeram ganhos econômico-financeiros médios de 80% nas safras, usando métodos naturais para enriquecer o solo e efetuar o controle biológico.

5.3 A construção da Agroecologia em Acaiaca e Divino

Durante as entrevistas, teve-se a preocupação de perguntar aos agricultores quando eles tiveram contato pela primeira vez com a palavra Agroecologia e, em seguida, onde eles estavam quando obtiveram esta informação. Ao responderem esta questão, vários entrevistados, principalmente em Divino, fizeram a associação entre a Agroecologia e a agricultura alternativa²⁵. Pelas respostas dos agricultores, verificou-se que a transição para a Agroecologia, se deu por processos diferenciados e em momentos distintos.

No município de Divino, a transição agroecológica se deu, principalmente, pela articulação entre algumas entidades, tendo seu início ainda na década de 1980. Inicialmente, os principais atores envolvidos neste processo, foram a Igreja Católica via Comunidades Eclesiais de Base (CEB's) por meio de ações das Pastorais de Saúde, da Terra e da Juventude Rural e os Sindicatos de Trabalhadores Rurais da região. Em seguida, já no final da década de 1980, o CTA-ZM passa a fazer parte deste cenário e introduz o termo agricultura alternativa que deu origem no Brasil aos movimentos agroecológicos (VILLAR et al., mimeo). Nos anos seguintes, a Universidade Federal de Viçosa (UFV) aproxima desta articulação e diversas atividades de pesquisa e extensão passam a ser desenvolvidas. Todavia, o CTA-ZM foi o grande promotor e articulador da agricultura sustentável na região, hoje Agroecologia.

Em Acaiaca, as primeiras discussões sobre a Agroecologia iniciaram-se, mais tarde, em 2000, quando do convênio entre a Prefeitura Municipal de Acaiaca e o CTA-ZM, para a implantação de projetos ligados à Agenda 21. Dos relatos a seguir pode-se perceber como os agricultores tiveram seus primeiros contatos com a Agroecologia:

²⁵ Denominação inicialmente dada ao conjunto de práticas agrícolas baseadas em princípios e conceitos sustentáveis de produção (ALTIERI, 1989).

“A primeira vez que ouvi falar de Agroecologia foi na Igreja, eu trabalhei contra a intoxicação da terra por veneno²⁶, eu ia de casa em casa, isso foi numa época que o baysiston²⁷ estava matando muita gente. Eu tinha um problema na perna, passei por vários médicos, ia e voltava, ia e voltava até que um médico de Carangola descobriu que era intoxicação por agrotóxico. Antes disso em 1979 saiu uma campanha da fraternidade falando da água, então comecei a despertar aí, depois fui tomando conhecimento. Eu ouvia muito a rádio Aparecida e lá também falavam muito sobre isso. Em 1985 veio o Sindicato de Trabalhadores Rurais de Divino e fomos tomando amor pela terra! Agora, a palavra Agroecologia mesmo a primeira vez foi na Pastoral da Juventude Rural” (Valentina, 52, Serra dos Delfinos, Divino-MG).

“Foi quando eu comecei a participar dos movimentos, foi em 2000, quando o PT ganhou as eleições e contratou o CTA. Então entendi que eu era agroecológica sem saber” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca-MG).

“Deve ter uns 10 anos; eu participava desses cursos da CEB’s, eles já falavam alguma coisa, só que de Agroecologia mesmo não, hoje até que eles falam. Daí, para ir para o sindicato foi um pulinho. Agroecologia, mesmo, foi quando eu comecei a envolver com o Sindicato. Foi até o Paulinho (presidente do Sindicato de Trabalhadores Rurais de Divino), que incentivou para eu fazer um curso²⁸; foram quatro módulos de 15 dias a cada seis meses lá em Governador Valadares. Depois, naturalmente, nos trabalhos do CTA. Tinha um campo de sementes e eu trabalhava nele” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“A palavra Agroecologia é bem recente, foi através do CTA. Antes a gente escutava agricultura alternativa, aí eu estava nas atividades da Pastoral da Juventude Rural” (Salvador, 43, Mata Cães, Acaiaca- MG).

“Foi quando o Pedro intoxicou com veneno e perdeu um rim, então eu fui fazer os cursos de medicina alternativa” (Hortência, 56, Alves- Divino-MG).

“Foi em 1988, no sindicato, depois o CTA chegou. Nas primeiras vezes a gente vinha embora vazio, não entendia nada. E foi assim muitas vezes, até entender de verdade” (Pedro, 61, Alves- Divino-MG).

“Deve ter uns quinze a vinte anos, não era essa palavra não, mais a gente via uns retratos de lavoura com arvore. Foi nos anos noventa. Agroecologia deve ter uns cinco a seis anos. Foi nos movimentos, no Sindicato ou nessas reuniões do CTA. Discutir a Agroecologia, mesmo, foi quando criamos a Associação, foi num trabalho da Cáritas, só que o que a gente via falar de Agroecologia por aqui e não proibia adubo não” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

“Na primeira vez que eu escutei a palavra Agroecologia pensei que era alguma indústria, mais eu não perguntei para ninguém não, pensei que era uma indústria que fabricava alguma coisa boa. Depois de um ano eu vi um cartaz e vi que eu estava enganada. E eu gostei muito de ficar sabendo que era produzir sem veneno igual a gente faz aqui em casa” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino-MG).

²⁶ A utilização do termo veneno se deu a partir de uma reflexão de que os agrotóxicos são prejudiciais à saúde e ao ambiente. Desde então, a palavra remédio, anteriormente utilizada para designar estes agroquímicos, foi substituída pela palavra veneno. Isso, também, demonstra uma faceta da construção da Agroecologia a partir da articulação de diferentes atores que foi dando outros significados à relação produção de alimentos e comida.

²⁷ O Baysiston é empregado contra fungos e insetos, durante a entressafra do café, seus princípios ativos contêm triadimenol e disulfoton, uma mistura que há anos é proibida na Alemanha. No Brasil, o pesticida é líder de vendas no mercado.

²⁸ Estes cursos foram oferecidos através de uma parceria entre o Sindicato de Trabalhadores Rurais de Divino e a Igreja Católica, via CEB’s.

“Pensei que fosse mais umas daquelas palavras técnicas que eles falam, eu nem imaginava o que poderia ser; hoje eu acho que é tudo, o jeito da gente conviver com a nossa família, de conviver com a natureza” (Lucina, 20, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Mais recentemente, a partir de meados de 2008, os *Intercâmbios Agroecológicos* (financiados inicialmente pelo CNPq e MDA e depois pela FAPEMIG) resultado da articulação entre CTA-ZM em parceria com a UFV e as organizações dos trabalhadores rurais da região, possibilitaram a participação destes agricultores em novos espaços de discussão e troca do conhecimento, sobre a Agroecologia, o que tem se constituído como uma importante ação de sensibilização e valorização dos princípios agroecológicos.

Esta transição agroecológica que iniciou na década de 1980 na Zona da Mata mineira é, portanto, uma construção de articulação de diversos atores com diferentes níveis de apropriação e muitas vezes gerando conflitos dentro das famílias. Tal fato pode ser observado a partir do excerto abaixo:

“No início a gente se cobrava muito, pois a gente falava muito de Agroecologia e não fazia, falava de comercialização e não fazia nada de comercialização. O próximo passo é esse, falar de Agroecologia e consumir as coisas da Agroecologia. Igual eu falo, tudo é um processo mesmo. Tempos atrás a gente ia na casa do Amauri (terapeuta e agricultor agroecológico de Espera Feliz), ia numa propriedade e voltava tudo desanimado... Também eu morava lá na casa do pai, a propriedade era deles, o pai nunca gostou de jogar veneno mais também não abria muito. Às vezes você tem uma ideia mais o outro não compartilha dessa ideia aí fica difícil, também você participa de um espaço e o outro não participa. Mais eu comecei lá na casa do pai mesmo e fui plantando bananeira, mandioca no meio da lavoura. Hoje o pai planta, mais no começo tudo foi eu, então é um processo mesmo” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Do relato acima pode-se perceber as diversas contradições que estiveram e ainda estão presentes na construção da Agroecologia, como a impossibilidade dos agricultores em transição agroecológica consumir apenas os alimentos por eles produzidos. Em muitos casos esses agricultores compram alimentos produzidos com o uso de muitos agrotóxicos como o arroz, trigo e óleo de soja. Soma-se a esta contradição o consumo de alimentos transgênicos, verificado em todas as famílias pesquisada. Outra dificuldade apontado pelos agricultores está relacionada à comercialização, visto que grande parte da produção agroecológica é comercializada junto com os alimentos produzidos de forma convencional.

Ao serem perguntados sobre o que falaria para uma pessoa que ainda não pratica a Agroecologia encontramos respostas do tipo *“não falaria nada, mostraria o meu sistema”* (Lérida (27); Alberto, (28)); e outras quase sempre relacionadas à saúde:

“Eu falo tudo sobre as doenças e conto os casos que eu sei que deu certo” (Helena, 58, Vargem Grande Trevo, Divino-MG).

“Normalmente, no caso, eu falo que as coisas natural é muito melhor, eu falo para experimentar. E assim a gente vai orientando, mais nem tudo a gente consegue governar” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

“Eu falo bastante sobre o veneno (...). Eu falo para uns sobre árvores no meio da lavoura²⁹; falo que ajuda a reduzir esse calorão; eu falo da minha lavoura, tem gente que até abusa da gente. Eu trabalho bastante é contra os venenos que faz mal para a saúde”. (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG)

“Eu falo que a saúde vem da natureza, se a gente plantar as coisas para comer está fazendo economia, pois não precisa comprar remédio. Conto o caso do Pedro, que jogava veneno, pois plantamos o café pelo IBC e tinha que jogar veneno. Sempre que o Pedro ia jogar veneno colocava a bomba nas costas e na hora de colocar o veneno escorria e ficava encharcado numa espuma. O Pedro ficou muito doente, ia de médico em médico até que um descobriu que o rim dele estava cheio de pedras. Tinha que fazer cirurgia e ficava em 30 mil, no dinheiro daquela época, isso foi em 1980. Só que a gente não tinha esse dinheiro. O Pedro fez o INPS, e só três meses depois ele podia fazer a cirurgia, teve que tirar um rim e três costelas. Foi aí que eu fui fazer o curso de medicina alternativa, fiz e comecei a tratar dele. Os médicos achavam que ele ia viver mais dois anos e lá vai para 32 anos, então o que a gente faz é alertar os outros” (Hortência, 56, Alves- Divino -MG).

“A primeira coisa que ia falar é que o veneno não mata de uma hora para outra, conforme o veneno né? Porque tem uns que mata. Ele vai matando aos poucos, as pessoas não sentem (Júlia, 20, Vargem Grande de Baixo. Divino – MG).

“Quando eu converso com alguém sobre Agroecologia e vejo que ele está usando veneno eu pergunto qual é o objetivo e se vale apenas, eu pergunto como eles usam e se estão tomando os devidos cuidados. O problema é que o efeito mais nocivo você não vê na hora, se intoxicasse e caísse ali na hora, talvez tomassem mais cuidado” (Salvador, 43, Comunidade de Mata Cães - Acaiaca - MG).

No município de Divino, um agricultor, que está no movimento para a construção da Agroecologia há muitos anos, acredita que a produção agroecológica é o melhor para a saúde e para a natureza. No entanto, ele aponta que um grande entrave para o fortalecimento da Agroecologia é a falta de políticas específicas, com financiamento exclusivo, reafirmando a necessidade de criar espaços para a comercialização de produtos agroecológicos:

“Agroecologia é bom demais para o ambiente e para a saúde; é uma alternativa de gastar menos, mas colhe menos também. Falta apoio para a Agroecologia; na verdade a gente tem uma boa explicação, mais apoio financeiro a gente não tem. O produto que a gente vende é produzido de forma agroecológica e é vendido pelo mesmo preço e vai se juntar com o café que vocês consomem com

²⁹ Em Divino quando os agricultores se referiam à lavoura estavam falando do cultivo do café. No meio do café encontrei: milho, feijão, batata doce, mandioca, banana, mamão, abacate, laranjas dentre outras frutas. Em duas casas visitadas no meio do café tinha também horta, para o consumo e para vender.

veneno. Bom seria se a gente tivesse um lugar para que esses produtos sem veneno fossem comercializado” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

Para o Sr. Élcio, para que a Agroecologia possa ser adotada por um maior número de agricultores e seja valorizada por toda a sociedade além de uma política específica, deve-se alterar, também, as nossas mentes:

“Para produzir, de forma agroecológica, primeiro temos que trabalhar é a nossa cabeça, o que a gente quer. Tem gente que coloca veneno e produz menos, então é ilusão. Eu acho que a gente vive mais tranquilo, a gente consome os produtos da Agroecologia com muito mais tranquilidade, a gente sabe que é bom para a saúde. A gente usa os adubos, sei que é química mais a gente ainda usa só no café, nas outras coisas³⁰ não” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

E certamente todas as nossas mentes precisam ser modificadas, ressignificando o que escolhemos para o nosso consumo alimentar e refletindo se o que comemos nos proporciona saúde ou doença.

5.4 Produção, consumo de alimentos, saúde e agrotóxicos

“Quem planta com veneno é ele quem está perdendo, pois está esgotando a sua própria saúde e a vida. E ele tem que pensar no próximo também. Eu espero que tenha uma lei dessas fortes mesmo que vai punir quem produzir assim” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca - MG).

A preocupação com o uso de agrotóxicos e seus danos sobre a saúde tem sido motivo de preocupação há muitos anos. Já em 1962, Rachel Carson chamava a atenção para os riscos do Dicloro-Difenil-Tricloroetano- DDT, agrotóxico do grupo dos organoclorados, amplamente utilizado àquela época. Carson (1962) acreditava, que a população tinha o direito moral de saber sobre os riscos que o DDT provocava ao meio ambiente, e, conseqüentemente, à vida humana. Fruto de amplos debates, políticos e acadêmicos, na década de 1970 o DDT foi proibido na maioria dos países industrializados. No Brasil, as primeiras medidas para a restrição do DDT iniciaram em 1971 por meio das Portarias 356/71 e 357/71 do Ministério da Agricultura que proibiram a fabricação e comercialização do DDT para combate de ectoparasitas em animais domésticos. Todavia, seu uso continuou sendo permitido para outros

³⁰ O café tem uma importância tão grande para os agricultores de Divino que os demais alimentos produzidos se tornaram “coisa”.

fins da agricultura até 1985 e em campanhas de saúde pública até 1998 (D'AMATO et al., 2002).

Atualmente, o uso abusivo de agrotóxicos no Brasil, inclusive de agrotóxicos já proibidos em outros países, tem mobilizado setores da sociedade como movimentos sociais, comunidade científica e alguns órgãos do Estado, o que culminou em 2011, com a criação da Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida (www.contraosagrotoxicos.org.br), que tem alertado para os riscos do consumo de alimentos com resíduos de agrotóxicos, principalmente, para os efeitos em longo prazo. Na maioria das vezes, esse uso intensivo de agrotóxicos é imposto por interesses privados e pelas políticas públicas que regulamentam a comercialização de alimentos. Desta forma, o Estado é parte ativa neste processo, pois ao editar as normatizações para o comércio de alimentos tem sido pouco rigoroso com os riscos dos resíduos químicos nos alimentos.

Para agravar a situação, a fiscalização quanto ao uso de agrotóxicos é extremamente deficitária, principalmente pela falta de recursos humanos. Em recente estudo sobre o uso de agrotóxicos no Brasil, Pelaez (2011), contabilizou o número de profissionais que atuam na gestão e fiscalização do uso de agrotóxico no país, encontrado apenas 77 profissionais atuando nesta questão, sendo 28 na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), 30 no Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis (IBAMA) e 17 no Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA). Por esta falta de fiscalização e pela forma incisiva de comercialização, por parte dos fabricantes, a preocupação com os agrotóxicos deve estar presente em toda a cadeia agroalimentar. Para alguns agricultores, essa preocupação permeia a sua vida. Em Divino, Júlia (20), ao ser questionada sobre o que ela pensava quando ouvia a palavra comida, ela respondeu categoricamente: “*veneno*”. Assim, o veneno passa a ocupar um espaço que deveria estar reservado ao prazer e à saúde. A expressão “veneno” utilizada pela agricultora é fruto de uma reflexão e torna-se uma categoria política diante dos agrotóxicos (nome usado na lei de agrotóxicos), mas que muitos insistem em chamar de “defensivos agrícolas”, por isto muitos agricultores continuam chamando de remédio. Isto é muito perigoso, pois significa menos receio em manuseá-los. A opção pelo uso da palavra veneno indica um enquadramento, que carrega e (re)produz sentidos sobre uma coletividade. É uma construção social vinculada a movimentos sociais, científicos, políticos, que carrega em si a bandeira da questão ambiental, e que nesse momento, é apropriada pela fala da agricultora que faz coro a um processo social que a transcende.

Dados da ANVISA revelam que, desde 2001, ano em que teve início a Pesquisa de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos (PARA), grande parte dos alimentos consumidos pela população brasileira, principalmente frutas, legumes e verduras, apresentam resíduos de agrotóxicos muito acima do permitido. Esta mesma pesquisa mostra que agrotóxicos proibidos no Brasil estão presentes nos alimentos. O que significa dizer que, parte dos alimentos, é cultivada com a utilização de produtos que são adquiridos de forma irregular, por comprovadamente, apresentarem riscos à saúde humana (www.anvisa.gov.br).

Na presente pesquisa observou-se uma grande preocupação em relação ao uso de agrotóxicos. E essa preocupação, não se refere apenas aos agricultores deste estudo, pois, em pesquisa realizada entre trabalhadores do agronegócio no Ceará, Rigotto (2011) diagnosticou que cerca de 30% dos trabalhadores pesquisados apresentaram quadro de intoxicação aguda por agrotóxicos, sendo que, mais da metade deles, sequer procurou assistência médica. Esta omissão nos diagnósticos, atrelada à falta de fiscalização, faz com que o uso de agrotóxicos continue afetando a saúde de um parcela significativa da população. Ressalta-se com isso que além de trazer riscos ambientais e de ser moralmente problemáticos, os agrotóxicos elevam os gastos públicos com saúde, pois a cada US\$ 1 gasto na compra de agrotóxicos, US\$ 1,28 é gasto pelo Governo para tratar as intoxicações agudas provocadas pelo seu uso (SOARES, 2010). Além dos muitos casos que não procuram assistência médica, alguns chegam a ser atendidos, porém, não prestam depoimentos corretos como nos contou a Sr.^a Valentina: *“Teve um homem que jogou um tal de impacto, ficou doente, foi para o hospital e o médico perguntou o nome do patrão e ele falou o nome de outra pessoa que já tinha morrido para não irem atrás do patrão, pois o patrão seria prejudicado”* (Valentina, 52, Serra dos Delfinos, Divino- MG). A fala da agricultora aponta para um complexo quadro em que, falar a verdade colocaria em risco o próprio emprego dos trabalhadores rurais.

Para alguns entrevistados de Divino, atualmente mais agricultores estão buscando a produção agroecológica, também porque começaram a perceber os riscos à saúde, que os agrotóxicos podem causar:

“Eles estão buscando a Agroecologia por que viram que as dificuldades estão chegando, e o câncer é o que tem feito o povo mudar. Eu falo, o que começou a modificar a minha vida foi o Sindicato e o CTA, eu acho que devo tudo a eles. Foi como achar o caminho” (Pedro, 61, Alves- Divino-MG).

Por meio dos relatos, percebeu-se que a produção com agrotóxicos, no passado, foi mais presente em Divino quando comparada ao município de Acaiaca, onde quase todos os agricultores informaram que “*não usavam nada*”. Eles enfatizaram que quando utilizavam algo na plantação era o esterco animal. Já em Divino, usava-se adubo químico e agrotóxico, como se pode observar nas falas abaixo:

“Usavam veneno na lavoura, só na horta que não. Naquela época eu nem sabia que era veneno, pois o cara que vendia o veneno falava que podia jogar na horta hoje e amanhã ir lá e comer. Depois que eu aprendi sobre isso, não tenho boas recordações. [...] Quando o meu pai jogava aquele veneno vinha aquele cheiro forte parece que a cabeça da gente doía na hora, não procurava médico nem nada não, lá nunca teve isso de procurar médico por causa de veneno não. Pensava que veneno era sempre para melhorar, que jogava na lavoura para melhorar, para ter mais café, mais que não fazia mal nenhum. [...]” (Júlia, 20, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“O pai só usou veneno uma vez, bem no início, mais nem sabia que era veneno, achou que era um produto de jogar” (Alberto, 28 Vargem Grande de Baixo).

“Usava muito veneno, e lá no meu pai usa até hoje. Usava adubo. Mesmo as terras não sendo do pai dividia só o café, as outra plantação era de quem plantava e usava veneno se quisesse” (Eva, 47, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Esta fala, da Sr.^a Eva, é importante para contrapor à ideia de que os meeiros usavam agrotóxicos porque o dono da terra obrigava. Neste caso, o uso dos insumos químicos era exigido pelos proprietários das terras, apenas para o café, às demais culturas os agricultores eram livres para produzir como quisessem. Em Divino, o Sr. Adão (49) relatou que “*na lavoura nunca usamos veneno, só colocava veneno no milho na hora de guardar*”.

Para o Vicente (35) que começou a produzir sem agrotóxicos e com consorciamento de diferentes plantas em meio ao café, desde 1996, a preocupação com o ambiente em geral e os cultivos sem a utilização de venenos tornou-se um compromisso:

“Eu falo que não uso veneno e que nunca vou usar, e que eu tenho um compromisso comigo e com a natureza. Só não discuto, não bato de frente, na verdade quem usa sabe que faz mal e vão contaminando a água, matando a terra e se matando” (Vicente, 35, Serra dos Carolas – Divino-MG).

A relação entre agrotóxicos e riscos para a saúde foi enfatizada por todos os entrevistados. Em Divino, a Paula (34) fez o seguinte relato: “*meu cunhado joga veneno na lavoura dele; ele vende este café e compra café sem veneno para beber, pois sabe que faz mal para a saúde*”. Frente a este relato outra reflexão deve ser feita a questão ética na produção de

alimentos. Esta mesma agricultora relatou que perdeu um tio por intoxicação pelo uso de agrotóxicos.

Várias famílias relataram que com o uso da “medicina alternativa” (homeopatia, radiestesia³¹, biodigital³²), os gastos com remédios de farmácia reduziram. Relataram que após adotarem e essas práticas, raramente ficavam doentes, reduzindo, inclusive, os resfriados.

Vitória (36), agricultora em transição agroecológica, também é terapeuta alternativa. Ela relata que quando começou a participar das discussões sobre os riscos dos agrotóxicos, seu marido, Adil (40), tinha o hábito de usar venenos, principalmente *roundup*. Em decorrência desse uso, ele sofreu uma intoxicação e nem mesmo as plantas utilizadas para chá estavam disponíveis, pois tinham sido eliminadas por este veneno:

“O Adil usava veneno, principalmente roundup. Eu falava, e ele não acreditava, até que um dia ele intoxicou; ficou com muita dor de cabeça, passando mal. Ele tinha muita fé com macaé³³; então ele pediu para eu pegar um macaé, só que ele tinha jogado veneno e os macaé tinham morrido. Só que quem vendia falava que o veneno era muito fraco, que não fazia mal” (Vitória, 36, Vargem Grande de Cima).

Ao conversar sobre quais motivos levariam uma pessoa a usar agrotóxicos, as falas foram variadas, partindo do desconhecimento, ignorância até chegar ao puro interesse pelo dinheiro, como se percebe nos seguintes depoimentos:

“Por que o incentivo para utilizar veneno é muito grande, tem muito incentivo por um lado e falta de incentivo por outro. Na verdade muita gente joga veneno porque nem sabe que é veneno, pensa que é um produto que tem que jogar, agora tem gente que sabe também. Quem joga sem saber, que nem o pai da Júlia é por causa dos técnicos, vendedor de veneno que eles chegam e não brincam de ser convincentes não, eles falam que o que eles não querem para a família deles não querem para a família dos outros. Lá na casa do meu sogro eles chegaram e falaram isso. E ele tava vendendo um que até está sendo proibido de usar no Brasil que é dissulfan³⁴” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino - MG).

³¹ Radiestesia é uma forma de diagnóstico baseada no uso do pendulo.

³² Biodigital ou bi-digital é um método de tratamento e diagnóstico descoberto em Nova York em 1989 pelo médico japonês Dr. Omura. No Brasil foi inicialmente difundido pela pastoral da saúde, principalmente nas periferias urbanas e no meio rural. Através da energia medida através de uma haste de metal é feito o diagnóstico de doenças, indicação de medicamentos, alimentos mais indicados, etc. (OLIVEIRA, 2008).

³³ Macaé é termo local utilizado para denominar a planta medicinal *Leonurus sibiricus* L., utilizada popularmente para tratar várias doenças do sistema digestório

³⁴ Dissulfan é um nome comercial do ingrediente ativo endossulfam. Por ser altamente tóxico a ANVISA o incluiu no grupo de substâncias a serem avaliadas a partir de 2008. Este produto está relacionado à genotoxicidade, toxicidade reprodutiva e do desenvolvimento, neurotoxicidade, e toxicidade endócrina, seu uso está sendo descontinuado e será definitivamente proibido em Julho de 2013 (www.anvisa.gov.br).

“Teve um home que dividiu a lavoura e numa parte ele jogou veneno, na parte que era para a família dele não jogou, então eu fico pensando porque a família dele não pode e os outros pode, eu acho que ele estava pensando só no dinheiro” (Júlia, 20, Vargem Grande de Baixo, Divino - MG).

5.5 Alimento: da barriga cheia ao direito humano à alimentação adequada

“Tem três coisas que a gente tem que ter na vida: paz, saúde e ter o que comer”.
(Marisol, 50, Comunidade do Maracujá- Acaiaca - MG).

Nos últimos anos, a população brasileira tem experimentado uma forte alteração no seu padrão econômico e nas condições de vida, afetando a saúde e o consumo de alimentos (POCHMANN, 2010). Dados do Ministério da Saúde apontam que o número de doenças crônicas não transmissíveis tem elevado drasticamente nos últimos anos (BRASIL, 2012). E, apesar dos números serem alarmantes, muitos brasileiros simplesmente desconhecem a própria condição de saúde. Até porque, a própria definição do que é saúde, torna-se difícil de ser apreendida, uma vez que sua definição vem adquirindo significações diversas de acordo com a época, o lugar, a classe social, ou mesmo os valores individuais, as concepções científicas, religiosas, e filosóficas (SCLIAR, 2007).

A partir da leitura dos impressos e relatórios produzidos pelo CTA-ZM, visando o levantamento de informações para esta pesquisa e das atividades de assessoria realizadas aos municípios pesquisados, nos anos de 2011 e 2012, observou-se que tanto a questão da alimentação como da comida foi fundamental para a saúde. Durante a pesquisa de campo, as entrevistas mostraram que a maioria dos agricultores tratava a saúde como sendo a *“coisa mais importante da vida”*. E é essa busca por saúde que estabelece uma forte conexão entre as paisagens produtivas, aquilo que se produz, e as paisagens alimentares, aquilo que se consome. Desta forma, o homem e a natureza são percebidos como um todo integrado e não como díades opostas. Dito de outra forma, os agricultores e a natureza atuam como pares (díades), e não como competidores, onde o homem explora a natureza até a sua exaustão ou a natureza em resposta às agressões humanas, priva o homem de alguns recursos naturais. Os agricultores que conseguem estabelecer essa percepção possivelmente poderão superar a visão da acumulação e da superexploração dos recursos naturais. Possivelmente serão estes agricultores que estarão mais atentos à saúde nas escolhas alimentares. Durante as entrevistas a associação entre alimentação e saúde pode ser percebida nas seguintes falas:

“Eu penso que o alimento é a base de tudo, se alimentou o expediente³⁵ abre para tudo” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

“Quando eu penso em comida, penso em alimentação, alimentar-se bem, comer bem. Eu acho que tinha de mudar a palavra, comida tinha que ser tratada como remédio. Os médicos deviam ao invés de falar de remédio era ensinar o que comer, toda consulta tinha que ter um nutricionista junto” (Marisol, 50, Comunidade do Maracujá, Acaiaca - MG).

“Um alimento para o nosso corpo, coisa que vai te satisfazer. Eu acho que uma boa alimentação pode evitar muitas doenças, aí você não fica doente” (Violeta, 51, Comunidade do Maracujá, Acaiaca - MG).

“Alimento é importante, a pessoa sem alimentar não tem saúde” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

“Quando eu penso em alimentação, eu penso na saúde dos filhos, da gente mesmo. Já passei muita dificuldade, mais eu gosto muito de verdura, então eu economizo bem minha saúde” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Indagada sobre o que seria economizar na saúde, conforme visto no relato acima, a agricultora respondeu: *“tem dois sentidos, um de não ficar doente pelas comidas que faz mal e outro de não precisar comprar remédios” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).*

E, por associar consumo de alimentos e saúde, alguns itens da base alimentar foram excluídos ou reduzidos da dieta, como a carne, por exemplo. No passado, este consumo foi reduzido por privações econômicas; na atualidade, para alguns dos entrevistados a redução do consumo de carne é resultado da nova concepção de que o elevado consumo deste alimento é prejudicial para a saúde. Esta reflexão advém de motivos diferenciados. Para alguns dos entrevistados, a redução do consumo de carnes foi estimulada pela adoção das terapias alternativas como homeopatia, ervas medicinais, biodigital, etc., que, frequentemente, preconizam a redução do consumo de carnes. Outros entrevistados reduziram este consumo como forma de diminuir a aquisição de bens externos, e quando não produziam este consumo, se dava eventualmente, nos momentos festivos. Em Divino, uma entrevistada, jovem, não come nenhum tipo de carne; porém, sua opção não interferiu no hábito da família, onde o consumo de carnes foi observado, em todas as refeições. Assim, percebeu-se que as famílias foram se apropriando de forma diferenciada do consumo desta fonte de proteína. Em Acaiaca, um agricultor deixou de comer carne e banha de porco, por influência de alguns técnicos do CTA-ZM. No entanto, ao ser perguntado por que não consome só a carne de porco, ele respondeu que *“ela faz mal para a saúde, inclusive está na bíblia”*. Isso dá elementos para

³⁵

Expediente foi empregado no sentido de disposição, energia, para o trabalho.

entender que nem sempre os argumentos para uma escolha realizada são baseados em questões técnicas.

No entanto, mesmo que vários agricultores tenham relatado que o consumo de carne, em excesso, seja prejudicial à saúde, muitos deles citaram esse alimento como comida e, em alguns casos como a preferida dentre os alimentos atuais. Como dito anteriormente, a associação entre baixo consumo de carnes e saúde se deve, principalmente, pelas recomendações das terapias alternativas, não sendo um princípio do movimento agroecológico. Como a utilização das terapias alternativas foi uma prática presente apenas no município de Divino, daí esta associação ter sido predominante neste município. Em Acaiaca apenas uma família excluiu a carne, e neste caso apenas a de porco. Na memória alimentar, a carne de porco foi citada como consumida por todos os agricultores.

Percebeu-se, ainda, que o valor social e cultural da carne estava presente em vários depoimentos, e que, em alguns casos, a carne era uma comida a ser oferecida para as visitas e componente imprescindível nas festas. Neste sentido, temos a contribuição de Woortmann (2004) que ao analisar o valor simbólico das práticas alimentares, verificou que nas reuniões sociais sempre um alimento de origem animal estava presente. O valor simbólico das carnes também foi estudado por Santana (2000) e em muitos casos a carne tinha um valor sagrado, pois além de ser consumida nas festas, era alimento de oferenda para os deuses.

Por meio de um registro de alimentos, realizado durante a pesquisa de campo, onde se anotou todos os alimentos ingeridos pela família, num período de 24 horas, observou-se que tanto em Acaiaca como em Divino, pelo menos um alimento de origem animal, principalmente a gordura de porco, foi consumido em todas as famílias.

A **Tabela 07** mostra que a gordura de porco foi o alimento de origem animal consumido pelo maior número de famílias, sendo em alguns casos comprada. Essa compra, em geral, era realizada por meio de redes locais de comercialização, essencialmente entre vizinhos. Entre as carnes, a suína continua sendo a mais consumida. Os ovos, de galinha, foram mais consumidos em Divino do que em Acaiaca. O leite e seus derivados foram proporcionalmente mais consumidos em Acaiaca. Ressalta-se, todavia, que, neste município, quatro das seis famílias pesquisadas (67%) têm vaca leiteira, e em Divino das doze famílias a metade (50%) possui estes animais. No passado, cinco das seis famílias pesquisadas em Acaiaca informaram que consumiam leite de cabras. A única família que não se referiu às cabras como a fonte de leite quando criança foi a da Bárbara, que nasceu e viveu na cidade até os 30 anos. Em Divino, as cabras também foram citadas por vários entrevistados. Na casa da

Sr.^a Valentina (52) todos consomem apenas o leite de cabra, pois, acham que o leite de vaca tem um cheiro forte, contrariando exatamente o senso comum na região – leite de cabra tem cheiro mais forte. Nessa família, as cabras sempre estiveram e continuam presentes fornecendo leite, carne e ainda são eventualmente vendidas ou trocadas, gerando recursos financeiros.

TABELA 07 - Alimentos de origem animal consumidos pelas famílias pesquisadas em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Alimento	Nº de famílias que consumiram em Acaiaca	Nº de famílias que consumiram em Divino
Carne bovina (cozida, frita, moída)	1	2
Linguiça suína	2	1
Carne suína de lata/frita	3	5
Fígado bovino	1	-
Frango caipira ³⁶	2	2
Fricassé de frango (granja)	-	1
Gordura de porco	4	9
Iogurte industrializado	1	1
Leite de cabra	-	1
Leite de vaca	4	6
Mel de abelhas	-	1
Murcia (embutido de miúdos de porco e toucinho)	-	1
Ovo de galinha caipira (cozido/mexido, frito)	2	7
Peixe frito (cavalinha/traíra)	2	-
Queijo fresco	4	2
Requeijão corte	2	-
Torresmo	1	-

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

No passado, as populações mais pobres do meio rural tinham um restrito acesso às fontes de proteínas de origem animal. Neste contexto, conforme afirma Cândido (1987), as caças foram importantes para a reprodução das famílias. No trabalho de campo para esta pesquisa, os relatos também enfatizaram a importância da caça na base alimentar: *“Fazia muita sopa de galinha, pato, preá, jacu, gambá, lagarto, tatu. Até gato do mato já comi. Tinha peixe, naquela época tinha muito peixe, hoje não tem mais, pois além do esgoto tem o roundup”* (Violeta, 51, Maracujá, Acaiaca- MG). Certamente, com a pequena criação animal relatada pelos agricultores, somada às dificuldades de acessar o mercado formal, as caças foram importantes para assegurar as necessidades diárias de proteína. O consumo de caças

³⁶

Caipira foi uma apropriação do termo utilizado pelos entrevistados.

discutido por Cândido (1987) se dava, principalmente, pela aproximação com os animais domésticos onde a paca substituiria o porco e os nhambus o frango ou galinha.

Quanto ao consumo de carne bovina, tanto em Acaiaca quanto em Divino, no passado, poucos entrevistados comiam esta carne ou quando comiam, era em pequena quantidade e eventualmente: *“A gente comia arroz, feijão, angu, mingau de couve, verdura, quiabo, abóbora, não comia carne de boi, nunca comia carne de boi. Frango comia de vez em quando, e (comia) pouca carne de porco”* (Eva, 47, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Àquela época, as carnes mais consumidas eram: a suína e a de frango caipira, além do peixe que relataram que tinha muito e hoje quase já não se vê. Deve-se ressaltar que o desaparecimento dos peixes, conforme citado anteriormente, é algo que todos os agricultores mostraram-se bastante cientes, *“foi devido aos venenos utilizados nas lavouras”*.

Atualmente, o consumo da carne bovina continua eventual. Talvez em decorrência dessa eventualidade, a carne tenha um valor simbólico maior. Assim, um agricultor relatou que o churrasco é o seu prato preferido: *“Hoje o que eu mais gosto? Churrasco. Só que não tenho costume de comer, mais eu gosto”* (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Ainda, em relação às fontes de proteínas, o ovo teve uma importante contribuição, além de entrar nas preparações, elevando seu valor nutritivo e foi a fonte de proteínas mais consumida nas refeições de Divino. A maioria dos entrevistados relatou que no passado criavam galinhas poedeiras. Em alguns casos, o ovo fazia parte do alimento que se levava para a escola: *“Tinha uma coisa que eu adorava! Ovo cozido, comia até de merenda na escola”* (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG). No mesmo sentido outra agricultora citou o ovo como alimento preferido: *“Gostava de arroz, feijão e ovo frito. Hoje continua a mesma coisa”* (Valentina, 52, Serra dos Delfinos, Divino-MG). Atualmente, principalmente incentivados pela comercialização com o PNAE, as galinhas poedeiras estão de volta, e com isso mais ovos: para comer e para incrementar a renda.

Em Acaiaca, uma das agricultoras entrevistadas forneceu um relato onde se pode perceber as mudanças alimentares processadas ao longo dos anos bem como a importância de se consumir uma alimentação saudável para promover a saúde:

“De comida eu lembro que o lobrobo ajudava no feijão, pois a gente tinha pouco feijão. Comia mingau de couve, eu aprendi com a vó que a couve é rasgada. Colocava também o talo refogado. A gente comia muita fava, mingau de inhame, feijão miúdo, mingau de banana verde. Cortava e colocava para cozinhar, temperado com sal e comia com angu, pois não tinha arroz. Servia mingau de

banana com carne de porco, pois porco todo mundo tinha. A gente comia muita coisa nutritiva, forte. Agora as carnes eram poucas [...]. Tinha muita coisa que não precisava plantar, parece que a própria natureza dava, era serraia, capiçova, samambaia. Comia muita serraia, que é muito bom para a saúde, pois limpa o sangue. Essas coisas como macarrão carregam muito o sangue, eu evito coisas misturadas, refrigerantes e suco de pacotinho. Estou muito grata a Deus, pois tudo que eu tenho vontade de comer eu posso. Tenho saudade das cubus (broa de fubá, assada na folha da bananeira), das cabritas, do sabor de antigamente. Tenho saudade de leite de cabra com cuscuz ou fubá suado. Tem três coisas que a gente tem que ter na vida: paz, saúde e ter o que comer. Porque é muito triste você ver um com a mesa farta e outro sem nada. E hoje eu sei de muita gente que tem muita coisa mais não tem uma boa alimentação. Antes eu pensava que tinha que ter macarrão, batata, hoje eu sei que não” (Marisol, 50, Comunidade do Maracujá-Acaiaca-MG).

Do depoimento acima pode-se perceber que mesmo com poucas condições econômicas, a alimentação era diversificada e baseada nos bens alimentares que a família produzia ou em plantas espontâneas comestíveis. Atualmente, a partir das ideias agroecológicas, tanto a questão de consumir aquilo que a família produz quanto a diversidade alimentar voltaram a fazer parte da vida dos agricultores que associam o consumo local à saúde e à autonomia. As respostas obtidas de outros agricultores confirmam que, no passado, a alimentação constituía-se, principalmente, dos alimentos que eles produziam. As compras de alimentos se restringiam basicamente ao sal, e, em alguns casos, à farinha de trigo e ao macarrão, conforme pode ser observado neste depoimento:

“[...] plantava de tudo, mandioca, batata, inhame, cana, abobora, melancia, milho, arroz e feijão. Tinha monjolo para limpar arroz. Tinha fruta de toda espécie, tinha munho d’água. Tinha muita fartura, fazia queijo, o povo era mais animado. Fazia de tudo, não comprava quase nada. Colhia milho que sobrava de um ano para o outro. Comprava quase que só macarrão, sal, farinha de trigo, que vinha de saco, a gente não comprava nada de quilo. Não comprava carne, não comprava ovo. Carne era só de porco, frango e galinha, de casa mesmo. Fazia muita broa de fubá, broa de arroz, brevidade, biscoito de polvilho. Tomava muito café com leite. Comia batata assada, outra hora frita. Quem fazia a comida era mais a minha mãe, até o queijo quem fazia era ela. Deixava o queijo curar numa tábua e a gente comia era queijo! Queijo com banana! Antes a gente comia muito arroz doce, canjicão, era só o milho de canjica, rapadura e leite. A língua era rapadura, açúcar quase ninguém tinha. Eu acho a comida de hoje boa, mas parece que antigamente era mais gostoso [...]” (Gláucia, 77, Carangolinha de Cima, Divino- MG).

Entretanto, alguns depoimentos falavam de fome. Nestes casos, a fome e a insegurança alimentar estavam sempre associadas à falta de autonomia na forma de acesso e de uso da terra, visto que àquela época eram empregados ou meeiros e não podiam decidir o que plantar, e a renda obtida com a venda da força de trabalho ou da comercialização dos bens agrícolas não era suficiente para garantir segurança alimentar e nutricional.

Atualmente, a lista de alimentos comprados diversificou e alguns alimentos deixaram de ser produzidos, por exemplo, o arroz. Em todos os relatos de compra, nos dias atuais, o sal e o arroz estavam presentes, em seguida vieram o óleo, o açúcar, a farinha de trigo, o macarrão, pães e biscoitos. Algumas famílias estocavam alimentos industrializados como: milho verde, azeitona, maionese e ao serem indagados quando consumiam estes alimentos responderam que era para visita, como sendo uma forma de agradar por meio do oferecimento de algo diferenciado.

No passado, para algumas famílias pesquisadas, tanto em Acaiaca como em Divino, comida de visita era o arroz, que conferia *status* e era considerado como diferente e especial: *“o principal de todo santo dia era o angu, arroz não podia comer todo dia não, era para o final de semana, caso chegasse uma visita”* (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

Com a presente pesquisa, observou-se que as práticas dos agricultores, tanto nas escolhas alimentares quanto no modo de produzir, sem agrotóxicos, têm contribuído para a saúde da população rural e proporcionado mais qualidade de vida. Contudo, mesmo com a diversidade de bens alimentares disponibilizados com os sistemas agroecológicos, alimentos tidos como não saudáveis continuam sendo comprados e ou consumidos, o que aponta para a complexidade das escolhas alimentares e para a necessidade de ações de educação alimentar e nutricional que possa realmente esclarecer a população sobre suas escolhas alimentares.

5.6 Segurança alimentar e nutricional sustentável: do cultivo ao consumo

“Segurança alimentar e nutricional sustentável é a garantia da vida” (Lérida, 27, Carangolinha, Divino-MG)

A segurança alimentar e nutricional sustentável (SANS) não só passou a ser um tema primordial nos debates atuais como, desde 2003, está presente na agenda do Governo Federal que por meio de políticas públicas específicas foi construindo programas e ações que se concretizaram na construção do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN (LEÃO, 2012).

A partir de 2003, os dados disponíveis e a própria definição de SANS evoluíram significativamente, principalmente devido às contribuições e influências da ação política de setores organizados da sociedade civil; que, em Fóruns, Conferências e nos Conselhos de Segurança Alimentar e Nutricional, foram acrescentando as dimensões do direito, da soberania e da sustentabilidade ao ato de alimentar (SOUZA; CHMIELEWSKA, 2011). Desde então, ao se analisar a definição de SANS passou-se a considerar todas as dimensões

presentes, quais sejam: alimentar, nutricional, do direito, da equidade, da regularidade, da qualidade, da suficiência, da sustentabilidade e da diversidade (MAZZETTO SILVA, 2003).

De acordo com Maluf (2007), inicialmente, a compreensão de Segurança Alimentar se restringia à preocupação com a necessidade de promover o aumento da disponibilidade de alimentos com vistas a preservar a própria segurança nacional. Todavia, como resultado da ação política da sociedade civil e pela mudança de paradigma do Governo Federal frente às questões da segurança alimentar, da população brasileira, em 2006 foi promulgada a Lei Orgânica da Segurança Alimentar e Nutricional, Lei nº 11.346, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN), em que define:

A Segurança Alimentar e nutricional consiste na realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (Art. 3º da Lei 11.946/06).

Um ponto que deve ser destacado na definição acima é a compreensão da alimentação como direito. Para a ONU, o direito à alimentação adequada é alcançado quando todos os homens, mulheres e crianças, sozinhos, ou em comunidade com outros, têm acesso físico e econômico, em todos os momentos, a uma alimentação adequada, ou meios para a sua obtenção. Assim, o Direito Humano à Alimentação Adequada não deve ser interpretado como um pacote mínimo de calorias, proteínas e outros nutrientes específicos. A adequação refere-se também às condições sociais, econômicas, culturais e ambientais de acesso aos alimentos.

Em termos quantitativos, pode-se medir a segurança alimentar por meio da Escala Brasileira de Medida de Insegurança Alimentar (EBIA), que em 2004 foi incorporada à Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios³⁷ (PNAD/IBGE). Esta pesquisa apontou que do total de entrevistados pelo IBGE, 34,8% apresentavam algum grau de insegurança alimentar. Ao considerar apenas a população rural a PNAD apontou que 43,6% destes, apresentavam algum grau de insegurança alimentar (IBGE, 2004).

No campo da regulamentação, a SANS ganhou novo fôlego com a promulgação da Emenda Constitucional nº 64, de 04 de fevereiro de 2010, que alterou o art. 6º da Constituição

³⁷ Na PNAD 2004, foi dimensionado o grau de Insegurança Alimentar e Nutricional da população brasileira utilizando a EBIA, uma adaptação para a população brasileira a partir da Escala desenvolvida pela Universidade de Cornell, e adotada pelo USDA. Pode-se afirmar que esta foi a primeira vez que o Brasil obteve dados oficiais de Segurança Alimentar e Nutricional (MALUF, 2007).

Federal Brasileira de 1988, incluindo o direito à alimentação como direito social fundamental. A aprovação da Proposta de Emenda Constitucional nº 64, regulamenta, no Brasil, um direito já reconhecido pela Comissão de Direitos Humanos da ONU, em 1993; e estabelece um novo estágio para a alimentação como direito humano fundamental, uma vez que o Estado passa a se responsabilizar por este direito.

Mesmo com os avanços legais, no Brasil ainda coexistem várias situações de violação do Direito Humano à Alimentação Adequada e, conseqüentemente, acarretando em insegurança alimentar, tais como: fiscalização sanitária precária dos procedimentos de produção, transporte, manipulação e comercialização dos alimentos; preços abusivos dos alimentos que, aliados à má distribuição de terra e de renda, torna-os inacessíveis para parcela significativa da população (VALENTE, 2002).

Para melhor compreensão acerca dos debates sobre SANS deve-se analisar a obra de Josué de Castro, primeiro pensador a se debruçar sobre a questão da fome no Brasil; suas origens e conseqüências, tratando-a como uma questão social e política e não apenas biológica e nutricional. Para Castro (2001), era inaceitável um país com as dimensões territoriais do Brasil e com as suas possibilidades climáticas continuar convivendo com a fome:

De fato, com a extensão territorial de que o país dispõe e com sua variedade de quadros climato – botânicos, é possível produzir alimento suficiente para nutrir racionalmente uma população várias vezes igual ao seu atual efetivo humano; e se nossos recursos alimentares são até certo ponto deficitários e nossos hábitos alimentares defeituosos, é porque nossa estrutura econômico-social tem agido num sentido desfavorável ao aproveitamento racional de nossas possibilidades geográficas (CASTRO, 2001, p.34).

Sua obra, *Geografia da Fome*, teve sua primeira edição publicada em 1946, e logo ficou mundialmente conhecida. Para Batista Filho e Rissin (2003) as contribuições de Josué de Castro chegaram numa época:

[...] em que, afora o referencial relativamente seguro sobre necessidades nutricionais, valor nutritivo dos alimentos e, por conseguinte, estimativas de adequação da dieta consumida, não se dispunha de um elenco consistente de indicadores antropométricos, clínicos e bioquímicos devidamente padronizados para a avaliação do estado nutricional em escala epidemiológica. Ademais, eram escassas e não representativas, sob o aspecto estatístico, as informações então disponíveis, de modo que o autor teve de recorrer a ousados recursos de generalização para compor um primeiro cenário da problemática alimentar/nutricional do país (BATISTA FILHO; RISSIN, 2003, p. 183).

A atual definição de SANS traz consigo várias dimensões que vão muito além de estar livre da fome. No entanto, estas dimensões não foram apropriadas por todos os cidadãos. Neste estudo, pôde-se perceber que estar livre da fome é suficiente para alguns agricultores. O Sr. Augusto (61), agricultor de Divino, afirmou que *“basta ter três coisas na lavoura que ninguém passa fome: mandioca, milho e cana [...]”*, embora sua fala tenha um significado muito importante por respeitar os hábitos locais de produção e consumo, não aborda os outros significados da SANS e não representa a diversidade alimentar proposta pela Agroecologia.

Outros agricultores fizeram a diferenciação entre vontade de comer, apetite, dificuldade de acessar os alimentos (insegurança alimentar) e fome, como no depoimento de Luzia coletado em Divino, que associa a produção de alimentos à segurança alimentar ao dizer:

“A única coisa que a gente tinha lá para comer era um pé de fava, que dava o ano inteiro. Fome a gente nunca passou, mais vontade de comer e dificuldade foi muita. Tinha umas galinhas, poucas. Porco não tinha, na verdade a gente não tinha fartura assim para criar porco. Tinha uns pés de milho, mais muito pouquinho por que o dono das terras não gostava que a gente plantasse. Até mesmo o pé de fava que a gente tinha para o nosso sustento ele foi lá um dia à noite e cortou. A gente nunca tinha feijão, cortando o pé de fava ficamos sem ter o que comer. De horta tinha só couve, um pesinho de jiló e uns pesinhos de quiabo. Plantava uma moitinha de arroz que era dividido com ele, só não lembro se dava para o ano inteiro. Leite também era muito difícil [...]” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

De acordo com Poubel (2006), a alimentação adequada - conforme prevista na definição de SANS - tem sido negligenciada tanto para uma camada da população mundial que vive em precárias condições econômicas e materiais, quanto para uma grande parte da humanidade que está hoje submetida a um padrão alimentar seriamente nocivo à vida e insustentável do ponto de vista ambiental. Para este autor:

Garantir o direito humano a uma alimentação adequada requer: conhecimento local, conservação da biodiversidade, práticas agroecológicas, engajamento comunitário, incentivo político, recurso financeiro e integração entre diversas áreas do conhecimento científico (POUBEL, 2006, p. 17).

A partir desta compreensão, a Agroecologia apresenta-se como uma alternativa de produção de alimentos que, além de garantir o equilíbrio entre os agroecossistemas, também favorece a soberania e a segurança alimentar e nutricional de forma sustentável contribuindo assim para a manutenção e promoção da saúde (GLIESSMAN, 2000).

Como um dos propósitos desta pesquisa foi conhecer e analisar o conhecimento de alguns agricultores em transição agroecológica da Zona da Mata mineira, acerca da temática da SANS, tais agricultores foram questionados se tinham ouvido falar sobre SANS e em que ambiente eles estavam, quando obtiveram essa informação. Parte dos agricultores não mostrou familiaridade com o termo, embora, opinassem sobre a qualidade dos alimentos consumidos, e, em suas falas algumas dimensões da SANS estavam presentes.

Com relação ao local que ouviram falar do assunto pela primeira vez, a maior parte respondeu que tinha sido “nos movimentos”, considerando tanto os espaços promovidos pela Igreja Católica, como naqueles promovidos pelo Sindicato de Trabalhadores Rurais em parceria com o CTA-ZM. O Programa de Formação de Mulheres em Agroecologia do CTA-ZM e os cursos de boas práticas de produção de alimentos tanto os promovidos pelo CTA-ZM, como os oferecidos pelo Serviço Nacional de Aprendizagem Rural - SENAR também foram apontados como responsáveis pela aproximação dos agricultores com a temática da SANS. Contudo, a agricultora que citou o SENAR referiu-se à SANS como sendo apenas a “*produção de alimentos com higiene*”, não abordando as outras dimensões da SANS.

Alguns entrevistados associaram a importância da SANS apenas à restrição do consumo de alguns alimentos que julgam não saudáveis: “*Ah (segurança alimentar) é importante, sempre evitei dar muita fritura, muitos doces para meus filhos*” (Valentina, 52, Serra dos Delfinos, Divino-MG).

Outros entrevistados associaram SANS ao consumo de poucos alimentos industrializados: “*Eu acho que segurança alimentar é você se alimentar bem, sem usar muito essas coisas artificiais, essas coisas de mercado. Quanto menos a gente pudesse usar essas coisas melhor*” (Marta, 47, Volta Grande, Acaiaca - MG). Embora a Marta faça a associação entre segurança alimentar e nutricional à autonomia e ao conhecimento da forma de produção dos alimentos, durante a permanência desta pesquisadora em sua residência, percebeu-se que a família compra diversos alimentos, alguns básicos como o arroz, o feijão, a açúcar, a carne, a farinha de mandioca; e outros industrializados como mistura para bolo e refrigerantes.

Mesmo nos depoimentos das lideranças dos movimentos sociais e de uma ex-conselheira do Conselho Municipal de Segurança Alimentar, o que foi definido como SANS não considerava todas as suas dimensões, definindo-a apenas como o consumo de alimentos saudáveis, naturais e sem químicas. Em Divino, o agricultor Paulo (53) relatou que começou a ouvir falar de segurança alimentar “*de 2009 para cá depois que comecei a vender para a alimentação escolar*” (Paulo, 53, Teixeiras, Divino-MG). Esta fala do Paulo é importante

para reafirmar o papel da Lei 11.947/09 na formação dos atores envolvidos em seu cenário. Essas compreensões limitadas do que seria segurança alimentar e nutricional sustentável, estão associadas à própria falta da SANS e de ações educativas que contribuam para a formação continuada da população. E esta limitação quanto à compreensão da SANS esteve presente nos diversos relatórios e impressos do CTA-ZM pesquisados, mesmo naqueles em que se enumerava a diversidade alimentar presente nas propriedades esta discussão acerca da definição de SANS não apareceu.

5.7 Preferência alimentar: estratégia ou construção social?

Com o objetivo de compreender as alterações processadas ao longo dos anos, no que diz respeito à questão alimentar e analisar quais mudanças foram introduzidas com a adoção da Agroecologia, investigou-se sobre o que os entrevistados mais gostavam de comer no passado e na atualidade. Desse modo, buscou-se saber se haveria algum alimento/comida que há muitos anos não comiam e/ou que tinham muita vontade de comer. Este questionamento justifica-se pela compreensão de que, aquilo que permanece e o que é alterado na alimentação é fruto, principalmente, da dinâmica social em que as famílias estão inseridas. Na maioria dos casos, constatou-se que os agricultores não relataram vontade de comer algo específico. A maioria alegava que tudo que queriam comer, atualmente, eles podiam comer e se não produziam, poderiam comprar.

Sobre os hábitos alimentares, Woortmann (1978) afirmou que estes são resultantes das questões sociais, econômicas e culturais. Afirmando, ainda, que nenhum destes fatores isoladamente é suficiente para explicar como se dá a sua construção.

Brandão (1981) tratou das práticas de consumo alimentar e afirmou que tais práticas obedecem a padrões sociais que se apresentam sob a forma de hábitos alimentares. Já Braga (2004) tratou hábito alimentar como sendo: *“parte de um sistema cultural repleto de símbolos, significados e classificações, de modo que nenhum alimento está livre das associações culturais que a sociedade lhes atribui”* (BRAGA, 2004, p. 38). Porém, no mesmo artigo, a autora define práticas alimentares com um sentido muito próximo ao que ela definiu como hábito: *“práticas alimentares revelam a cultura em que cada um está inserido, visto que comidas são associadas a povos em particular”* (BRAGA, 2004, p.39).

Em Acaiaca, Bárbara (43), moradora da Comunidade dos Coqueiros, é de origem urbana e tem lembranças ruins do seu passado, ao qual ela se refere como o *“tempo de muita*

dificuldade e pobreza”. Na mesa da Bárbara (43), e pelas embalagens de alimentos descartadas no entorno da casa, ainda percebe-se uma forte influência urbana no hábito de alimentar representada pelos tabletes de temperos industrializados³⁸, biscoitos, balas, bombons e refrigerantes. Outro aspecto relatado que a difere dos demais entrevistados, é o fato da Bárbara (43) ter sido criada comendo óleo de soja, fato este que ela atribuiu à orientação médica, pois *“o pai era hipertenso e não podia comer gordura de porco”*. Atualmente, por orientação médica ou mesmo por ser mais fácil de comprar e armazenar, alguns agricultores substituíram a gordura de porco, do passado, por óleo, enquanto a Bárbara fez o caminho inverso e usa gordura de porco. Ela conta que: *“a gente comia o que era mais barato, feijão preto, arroz quebradinho. Uma coisa que eu detestava era bucho de boi, hoje eu gosto! Mais naquela época eu não gostava nem do cheiro, comprava porque era mais barato”* (Bárbara, 43, Comunidade dos Coqueiros, Acaiaca-MG).

Quando os entrevistados falavam de algo que tinham vontade de comer, esse desejo estava fortemente relacionado a uma época, um determinado modo de consumo, ou às emoções que permeavam um dado consumo. Lembraram, com saudade, do tempo quando se descascava o arroz no pilão, se preparava o feijão com couve na panela de ferro, tudo preparado em fogão à lenha. Em alguns relatos, os agricultores falavam nostalgicamente da *“saudade do sabor de antigamente”*. A Paula (34) moradora da comunidade dos Teixeiras em Divino, disse ter muita vontade de comer *“a comida da vó, feita na panela de ferro e no fogão à lenha, principalmente o feijão. E agora não tem como, pois a avó mora na cidade e não tem fogão à lenha, nem panela de ferro”*. A Júlia (20) também relatou ter vontade da comida da avó, não relacionando uma preparação específica. Estes relatos mostram que a vontade de comer, em muitos casos, está relacionada às questões emocionais, e não pela dificuldade material de acessá-los. No entanto, outros motivos impedem o acesso aos alimentos. Em Divino, um agricultor, que tem uma produção diversificada e um bom padrão econômico manifestou uma grande vontade de comer fubá suado com torresmo, alegou que atualmente não come, pois a esposa não sabe preparar, o que mostra para a perda de receitas das preparações alimentícias ao longo dos anos. Helena (59), moradora da Vargem Grande Trevo em Divino, inicialmente disse *“não tenho vontade de nada, pois tudo que tenho vontade, eu como”*. Depois, lembrou-se de uma bolacha que o pai comprava: *“naquela época a gente comprava pouca coisa, mais tinha uma bolacha seca, essa eu tenho vontade de comer”*.

³⁸

Preparados sólidos industrializados, ricos em sódio, inclusive glutamato monossódico.

Em alguns casos, no passado, embora a produção fosse voltada predominantemente ao consumo da família, os agricultores afirmaram que havia mais fartura de alimentos, do mesmo modo que constatado por Brandão (1981), que evidenciou uma sobra de alimentos, no passado, aliada a uma maior diversidade e facilidade de cultivo. A fartura no passado foi sempre relatada pelos agricultores que tinham a posse da terra. Para alguns agricultores, ter fartura e produzir de forma sustentável é muito importante inclusive para manter as relações de reciprocidade e dádiva: *“É a gente ter consciência do que está consumindo, do que está produzindo, é produzir sem veneno, e sempre ter fartura para não ter ridiqueza”* (Pedro, 61, Alves- Divino-MG).

No município de Acaiaca, mesmo o Sebastião (58), agricultor que apresentou a maior diversificação de cultivos e de criação animal no município, referiu-se ao passado como *“uma época de muita fartura”*, que plantavam muito. Quanto ao presente, relatou não ter vontade de comer nada, pois está muito satisfeito com o que tem, expressando uma enorme gratidão às possibilidades alimentares atuais.

Em Divino, onde o café tem uma grande importância econômica, este cultivo pode ter, de alguma forma, alterado o consumo de alimentos, pois interferiu na produção, conforme este relato: *“plantava de tudo, mais dava muito pouco, pois a terra era fraca. Depois chegou o café onde a gente plantava arroz, feijão e milho e perdemos o milho”* (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG). Dessa forma o café substitui o cultivo de arroz, feijão e milho, reduzindo as possibilidades de alimentos para a família e para a criação dos animais que em um segundo momento também vira comida.

No passado, o milho e a cana de açúcar foram importantes componentes da alimentação dos entrevistados. A cana, além de ter sido uma fonte de energia, era o único açúcar disponível para adoçar o café e preparar as quitandas. Atualmente, o melado é pouco consumido, embora presente na memória dos entrevistados. Perguntado sobre o que tem muito tempo que não come e tem vontade de comer o Vicente (35) respondeu *“Vontade de uma coisa que é muito gostosa, e hoje a gente não tem que é o melado. É difícil, pois a gente não tem a cana, não tem a engenhoca, e comprar açúcar é mais barato”* (Vicente, 35, Serra dos Carolas – Divino-MG).

Em Divino, outra agricultora apontou algumas mudanças ocorridas na alimentação, citando a substituição do milho. Para ela houve alterações tanto no modo de preparo como no que comer: *“antes, o milho tinha uma importância muito maior, hoje o milho foi substituído pelo trigo e pelo arroz”*. Segundo esta agricultora: *“Cozinhas muita coisa, comia batata*

com melado, mandioca com melado. Assava broa. Comia canjiquinha durante a semana, e arroz nos domingos, até para os companheiros³⁹ era assim” (Paula, 34, Teixeira- Divino-MG).

A **Tabela 08** mostra o consumo de alimentos ricos em carboidratos, onde se pode observar que as preparações à base de milho ainda fazem parte do hábito alimentar. Todavia, seu consumo foi reduzido. No almoço e no jantar, quase sempre o milho foi consumido com o arroz e poucas foram as “merendas” à base de milho.

No depoimento de um agricultor entrevistado, percebe-se que o macarrão passa, inclusive, a ocupar um lugar entre os alimentos preferidos. Neste caso, ao lado do milho e substituindo o arroz, preferido, no passado: “gostava de arroz e carne, porque era difícil. Hoje gosto de mingau de couve e uma canjiquinha, gosto muito de macarrão também” (Pedro, 61, Alves- Divino-MG).

TABELA 08 – Preparações a base de cereais, leguminosas, raízes e tubérculos consumidos pelas famílias pesquisadas em Acaiaca Divino-MG, 2012.

Alimento	Nº de famílias que consumiram em Acaiaca (%)	Nº de famílias que consumiram em Divino (%)
Angu	5 (83,33)	7 (58,33)
Arroz	6 (100,00)	12 (100,00)
Batata doce cozida (lanche)	2 (33,33)	0 (0,00)
Batata doce cozida refeição	1 (16,66)	1 (8,33)
Batata inglesa ensopada	0 (0,00)	1 (8,33)
Canjica doce com amendoim	1 (16,66)	0 (0,00)
Canjiquinha	0 (0,00)	2 (16,66)
Cuscuz	1 (16,66)	0 (0,00)
Farinha de mandioca	0 (0,00)	1 (8,33)
Farofa com farinha de mandioca e legumes	0 (0,00)	1 (8,33)
Feijão (preto, vermelho, carioquinha)	6 (100,00)	12 (100,00)
Inhame ensopado	0 (0,00)	2 (18,66)
Mandioca frita	1 (16,66)	0 (0,00)
Mingau de fubá (refeição)	1 (16,66)	1 (8,33)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Apenas em uma residência, em Divino, se observou que alguns membros da família, não consumiram arroz junto com a canjiquinha. Embora o arroz tivesse sido preparado em grande quantidade, foi consumido, junto com a canjiquinha, apenas por um adolescente.

³⁹ Companheiro é o termo local utilizado para denominar o trabalhador braçal que presta algum serviço na lavoura ou na propriedade como, por exemplo, capinar, fazer cerca e/ou bater pasto.

O Alberto (28) manifestou o desejo de substituir o arroz do jantar por canjiquinha, pois o arroz eles compram e não sabem como é produzido, e acreditam que tenha muito “veneno”, já o milho eles cultivam utilizando sementes crioulas e sem nenhum agroquímico. Contudo, sua esposa Júlia (20) relata que quando come só canjiquinha no jantar “*parece que não sustenta*”, associando aos alimentos os valores de “fraco” e “forte”, conforme descrito por Woortmann (1978); Cândido (1987) e Woortmann; Woortmann (1987) em que o alimento é julgado como “fraco” ou “forte” de acordo com a sua capacidade de sustentar o organismo e dar força para as atividades diárias.

A substituição do milho por outros cereais foi analisada em outros estudos como o de Bustamante (2005), Poubel (2006) e Botelho e Cardoso (2009). Esta substituição se deu, inclusive, com o incentivo de programas governamentais e pela ação de extensionistas que incentivavam o consumo do trigo por meio da introdução de receitas de preparações alimentícias em que este cereal era o ingrediente principal.

No período em que estava realizando as entrevistas, em Acaiaca, pude participar de uma oficina de fabricação de pães e quitandas promovida pela EMATER local. Todas as preparações tinham como base a farinha de trigo.

Este consumo de trigo aponta para uma contradição de produzir de forma agroecológica, e comprar alimentos produzidos com muitos insumos químicos, conforme estudado por Poubel (2006):

Um agricultor familiar produz mandioca organicamente, vende polvilho ou goma (derivado da mandioca), para comprar pão que, além de ser feito a partir de trigo cultivado em extensas monoculturas e com insumos químicos, utilizando-se alto gasto energético para produção, processamento e transporte, possui baixo valor nutricional (por ser refinado) e ainda é importado, sendo o sistema de economia local prejudicado (POUBEL, 2006, p.21).

Quanto ao açúcar, outros estudos (Coelho; Aguiar; Fernandes, 2003) apontam o elevado consumo deste alimento pela população rural. No entanto, isso nem sempre foi assim, inclusive pela própria dificuldade de acesso ao açúcar branco, que segundo Freyre (1986) era um produto reservado aos mais ricos. Para este autor o açúcar “moldou a nossa alma e o nosso jeito de ser”. No passado, mesmo a rapadura ou melado não eram tão abundantes e quase sempre estavam reservados para o café. Atualmente, alguns agricultores relataram, inclusive, a redução dos alimentos doces. Esta redução é decorrente de uma construção social e está associada ao conhecimento de que açúcar em excesso é prejudicial à saúde:

“Antigamente o que eu mais gostava era de doce, era o de amendoim ou aquele doce de leite mole feito com rapadura. De (comida de) sal o que eu mais gostava era o feijão socado no socador e um franguinho com quiabo. Hoje gosto da mesma coisa, como mais verdura, que antes não comia e diminuí o doce” (Salvador, 43, Mata Cães, Acaiaca-MG).

Outros relatos mostram que, no passado, nem tudo era fartura, e as privações sofridas não permitiam muitas escolhas; porém, nos dias atuais em que o acesso aos alimentos, principalmente pela diversidade cultivada, ficou mais fácil, o doce já não é parte tão importante nas escolhas, sendo substituído por outros alimentos:

“Antigamente a gente não tinha muita escolha, comia o que tinha; quando acontecia eu gostava de doce de coco ralado. Gostava também de cuscuz com feijão preto cozido com a pele de porco e cebolinha verde. Hoje eu gosto de angu, jiló com quiabo e um franguinho, uma couve refogada, um torresminho” (Marisol, 50, Maracujá, Acaiaca - MG).

Em outros depoimentos percebeu-se que não houve alteração para o que mais gostava no passado e atualmente:

“Adorava couve e angu, principalmente na ceia, porque almoçava e jantava muito cedo. Minha paixão era palmito, hoje ainda é, mas gosto muito de angu e couve. Eu gosto de comer as coisas que eu comia antigamente e que nós produzimos. Nos aniversários gosto de fazer sopa de galinha, arroz com pato, essas coisas de antigamente. Teve uma vez que eu fiz torresmo com mandioca e o povo reclamou: nossa ela está querendo entupir a gente de mandioca” (Luiza, 46, Comunidade dos Teixeiras, Divino- MG).

O entupir utilizado pela agricultora mostra como alguns alimentos são desvalorizados, associando este alimento a algo muito comum; e nas festas e momentos de confraternização valorizam outros alimentos, principalmente pratos como salpicão, strogonoff, maionese, e pastelarias. Esta desvalorização dos alimentos de base rural, como a mandioca, que é produzida principalmente pelos agricultores familiares (IBGE, 2006), é uma construção social que compromete a SANS e a soberania alimentar, uma vez que estes alimentos deixam de ser consumidos e dão espaço para outros sem a mesma qualidade nutricional e sem garantia de procedência.

Em Acaiaca, através dos relatos e da observação *in loco* percebeu-se que duas famílias mantinham o hábito de consumir mandioca e batata doce nos lanches, além de preferirem alimentos, como cuscuz, elaborado a partir de fubá moído na propriedade com o milho que

elas produziram. Nos dois casos, as mulheres migraram para Belo Horizonte, onde moraram e trabalharam por muitos anos; e, mesmo morando nos centros urbanos o hábito de consumir alimentos típicos do meio rural como serralha e lobrobo, não foi eliminado. Nos dois casos, ao migrarem para a cidade, elas mantiveram o gosto e a prática do ato de plantar. Mesmo morando em casas sem espaço para horta elas se utilizavam de latas e outros espaços alternativos para construir suas próprias hortas. Ainda em Belo Horizonte, elas participaram dos projetos de agricultura urbana desenvolvida naquele município pela ONG “Rede de Tecnologias Alternativas”, que assim como CTA-ZM faz parte da Articulação Nacional de Agroecologia (ANA) e no passado da Rede de Tecnologias Alternativas (Rede-PTA). A Rede além de fortalecer a prática de cultivos em espaços alternativos envolvia a comunidade em debates sobre saúde, Agroecologia e SANS. Nestas duas famílias de Acaiaca a opção pelo consumo de alimentos produzidos localmente e de forma agroecológica foi mais presente.

A **Tabela 09** ilustra o consumo de quitandas e doces caseiros, onde se percebeu que a farinha de trigo estava presente em seis das receitas alimentícias preparadas, tendo uma importância maior que as preparações à base de polvilho ou milho. Em Divino, as sobremesas a base de doces foram mais consumidas quando comparado ao município de Acaiaca.

TABELA 09 - Doces e quitandas consumidos, pelos agricultores, durante a pesquisa em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Tipo de Alimento	Nº de famílias que consumiram em Acaiaca	Nº de famílias que consumiram em Divino
Biscoito de farinha de trigo e nata, caseiro	01	01
Biscoito a base de farinha de trigo, polvilho e fubá caseiro	01	01
Biscoito a base de farinha de trigo e gergelim (frito)	00	01
Bolo de cenoura	02	00
Bolo simples de farinha de trigo	01	01
Broa de arroz	00	01
Broa de fubá	00	01
Broa de fubá com amendoim e rapadura	00	01
Doces de frutas de caseiro	01	02
Doce de leite com coco, caseiro	00	01
Goiabada industrializada	00	01
Mousse de maracujá	00	01
Pão caseiro	00	02
Pudim de leite condensado	00	01

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

No passado, o consumo de alimentos à base de milho foi maior, conforme os relatos. Além de consumido, este alimento era também produzido, assim como o arroz que foi citado

como alimento cultivado por todas as famílias que viviam no espaço rural. No entanto, a quantidade de arroz cultivada era sempre referida como “uma moitinha”, “só para a despesa” e, naquela época, cabia principalmente ao milho garantir o sustento das famílias, no almoço e no jantar, na forma de angu, cuscuz ou canjiquinha ou como broa, bolinhos, cuscuz ou fubá suado nos lanches. No depoimento do Adil pode-se observar a presença do arroz e do milho:

“De primeiro plantava arroz, depois foi que parou, foi modificando as terras. Tinha feijão, milho, inhame para a gente e para tratar dos porcos, tinha batata (doce), mandioca, todo ano a gente fazia farinha e polvilho. Tinha araruta, araruta dá um biscoito bom demais da conta. Tinha cana para fazer rapadura, toda vida tinha horta, a família era grande então tinha que ter horta com alface, alho, couve, era mais isso, repolho esses negócios assim não produzia não” (Adil, 40, Vargem Grande de Cima, Divino-MG).

Em todas as residências pesquisadas o trigo estava entre os alimentos consumidos, principalmente na forma de pães, bolos e biscoitos. Deve-se ressaltar que o consumo desse cereal, não cultivado na região e ainda pouco cultivado no Brasil se deu por incentivo do governo que na década de 1960, adotou o programa intitulado Aliança para o Progresso, criado pelo governo dos Estados Unidos da América com vistas a dar ajuda econômica e social aos países da América Latina. Entretanto, a real intenção do governo estadunidense era destinar a produção excedente de trigo daquele país. Desta forma, por meio do Programa, o governo americano garantiu o fluxo do trigo excedente por meio de programas definidos como ações de desenvolvimento (BOTELHO, CARDOSO, no prelo). E ao incentivar o consumo do trigo outros alimentos produzidos localmente como a mandioca (polvilho, farinha), o milho (canjiquinha, fubá) a batata doce, o inhame, a araruta deixam de ser consumidos, elevando assim o consumo de glúten.

Como alternativa para a produção de alimento sem glúten, em Divino, três agricultoras informaram que vão começar a utilizar araruta para fazer bolos e biscoitos para comercializarem para o PNAE. Atualmente, por uma necessidade de alguns escolares, uma agricultora já vende bolos sem glúten, utilizando amido de milho e farinha de arroz.

Durante a pesquisa pôde-se conhecer uma broa de arroz, receita da avó de uma das entrevistadas (ANEXO D) que utiliza vários ingredientes produzidos localmente, onde até o fermento é obtido da fermentação natural do fubá.

Outro dado importante, encontrado nos relatos, diz respeito ao papel da escola na construção de hábitos alimentares, conforme pode ser observado no depoimento abaixo:

“Comia era o arroz e o feijão mesmo. Broa também a mãe fazia muito, às vezes inventava de fazer uns bolinhos de fubá. Doce também ela é bem fã de doce. Eu acho que a comida não mudou muito não, uma coisa que eu acho que a gente não faz é comprar as coisas que vem pronta, que antes comprava. Eu acho que uma coisa que mudou bastante é comprar o trigo, a gente comprava pouco trigo, hoje aqui em casa a gente compra muito trigo, mesmo porque a Júlia é quitandeira, ela inventa umas modas. [...] Era tão diferente em algumas coisas; igual na escola a professora fazia uns concurso assim: quem escrever até cem primeiro vai ganhar um saquinho de gula (pipoca doce industrializada), hoje se fizer um concurso desses quem é que vai querer ficar escrevendo todo mundo já conhece” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

A fala do Alberto, acima, chama a atenção para o papel da escola no incentivo ao consumo de alimentos industrializados e ricos em açúcar, quando deveria incentivar o consumo de alimentos saudáveis e localmente produzidos, conforme as diretrizes do PNAE. Além de ser uma ação pouco pedagógica, nos dias atuais esta prática está proibida por meio da Resolução/CD/FNDE n.º 38, de 16/07/2009 que estabelece os parâmetros nutricionais dos alimentos a serem consumidos no ambiente escolar.

Outra significativa alteração está relacionada ao horário das refeições. Ao alterar este horário, mudou também o consumo de alimentos, pois novas refeições foram introduzidas. Se antes estes agricultores faziam três refeições, agora fazem até cinco, com a inclusão de lanches. No passado, após o jantar que sempre acontecia bem cedo, em sua maioria antes das 16 horas, os agricultores consumiam poucos alimentos, quando acontecia de comer algo. Na maioria dos casos o café, adoçado, que se tornava a única fonte de energia até a próxima refeição, no dia seguinte. Resultado semelhante foi encontrado por Woortmann (1978) e Woortmann; Woortmann (1987) onde a comida forte era consumida até a hora do almoço. Sobre os horários das refeições Cascudo (1968) afirmou que *“no Brasil velho o café era as seis, almoçava as nove, jantava entre três e meia e quatro horas, ceia as seis”* (CASCUDO, 1968, p. 309).

Os depoimentos abaixo retratam os horários e revelam um pouco do que era consumido no passado:

“Almoçava as sete e quarenta, merendava as onze, jantava no máximo às três horas, e depois era só café” (Adão, 49, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“A gente almoçava nove horas, no máximo dez. Merendava meio dia e meia, no máximo uma hora, jantava as cinco e depois não comia mais nada. Também dormia cedo” (Vicente, 35, Serra dos Carolas, Divino-MG).

“[...] o almoço ficava pronto as oito, a merenda as onze e o jantar era uma e meia, duas horas. Quando dava ali pelas seis horas a gente ficava com fome, de novo, então a gente comia fubá suado ou esquentava sobra de almoço” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

“Nessa época a gente almoça cedo e jantava cedo. Quando era cinco, seis hora a mãe fazia um angu cozidinho e agente comia com leite [...]” (Helena, 59, Vargem Grande Trevo, Divino-MG).

O modo de preparo foi outra mudança observada ao longo do tempo. No passado, tudo era mais frito e cozido, poucas pessoas tinham forno, e quando tinham era forno de barro, à lenha, reservado para preparar maiores quantidades de alimentos, principalmente quitandas, ou em alguma ocasião especial: *“tudo era feito na gordura de porco, era tudo mais frito. Fazia muito bolinho de fubá e de polvilho fritos, tudo no fogão à lenha”* (Antônia, 46, Hortinha, Acaiaca – MG). Em Divino, encontrou-se depoimentos no mesmo sentido *“Era tudo mais frito, não mexia com assado não, era uma raridade comer carne assada”* (Adil, 40, Vargem Grande de Cima, Divino - MG). Em relação ao modo de preparo, em Divino, a Lérica (27) disse que era tudo muito parecido antes e agora, só o consumo de gordura de porco era maior. Deve-se ressaltar que a pouca idade desta agricultora pode ter contribuído para perceber poucas mudanças, acrescenta-se a isto o fato de que a família da Lérica busca resgatar e valorizar as práticas alimentares do passado. Assim, para ela, o que se comia e o modo de preparo de antes e de agora permanece inalterado:

“O que se comia antes e agora continua a mesma coisa, angu e verdura todos os dias. Tinha muito horário, almoçava as oito e meia e jantava as três e meia. Minha mãe só fazia comida em panela de pedra e de ferro. Fazia muita coisa assada, batata doce assada na cinza, massa de mandioca assada, carne assada. Tinha uma torta de taioba que era muito boa. Frito mesmo era mais frango. A carne era guardada na gordura, na hora de comer era só esquentar. A comida tinha mais gordura de porco” (Lérica, 27, Carangolinha de Baixo, Divino-MG).

Ainda em Divino, na comunidade dos Teixeiras, a Luiza (46), também relatou que o que se planta hoje é bem parecido com o que se plantava no passado. Para ela, as alterações ocorreram principalmente no cultivo do arroz, *“antes todo mundo plantava e hoje quase não se vê”*. Quanto ao consumo de alimentos, a diferença está na dependência do mercado externo, principalmente com relação ao açúcar, *“antes todo mundo tinha cana comprava-se pouca coisa”*. A Luiza lembra a diversidade cultivada e os alimentos produzidos:

“Plantava arroz, feijão, mandioca, fazia farinha, tinha cana para fazer rapadura e melado, moía cana para fazer café de garapa, plantava de tudo um pouco. Tinha uma horta no meio da lavoura, o pai fez um rancho para a gente esconder de chuva e a horta era lá, tinha couve, alface, rabanete. Rabanete a gente plantava mais não gostava, plantava porque achava bonito, tinha cenoura, salsa, cebolinha” (Luiza, 46, Comunidade dos Teixeiras – Divino- MG).

Em relação à responsabilidade no preparo dos alimentos, verificou-se o papel das mulheres, tanto no preparo, como na escolha do que vai se consumir:

“Quem cozinhava era sempre a mãe, às vezes quando a mãe saía e ficava uns dois dias fora, e que a comida esquentada acabava era que o pai inventava de pôr as panelas lá no fogo” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino- MG).

“Minha mãe fazia de tudo, ela fazia muita coisa assada no forno a lenha” (Helena, 59, Vargem Grande Trevo, Divino-MG).

“Era a mãe quem preparava, depois, as minhas irmãs” (Adil, 40, Vargem Grande de Cima, Divino - MG).

“Quase sempre era a mãe quem preparava” (Vitória, 36, Vargem Grande de Cima, Divino - MG).

Para os lanches e o desjejum, a broa foi citada como a principal “quitanda” do passado, quase sempre assada direto no fogo, conforme nos falou o Alberto: “[...] *a mãe assava broa numa panela em cima do fogão com brasa em cima, quase todos os dias a mãe assava assim [...]*” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Quanto aos temperos, grande parte dos entrevistados utilizava alho e sal. A Luiza (46), foi a única a falar sobre ervas como tempero: *“quando eu era criança quem fazia a comida era a minha mãe, ela cozinhava com gordura de porco, tempero era alho, sal, hortelã pimenta, salsinha e cebolinha, até hoje ela usa é isso”* (Luiza, 46, Teixeiras, Divino-MG).

Em relação ao consumo de saladas cruas no passado, poucos relatos apontaram o seu consumo. Em Divino, apenas uma entrevistada ressaltou que a mãe fazia muita salada. Em Acaiaca, as verduras consumidas, no passado, eram sempre refogadas ou misturadas a caldos e/ou feijão. Contudo, mesmo não citando o consumo de saladas, quase todos os entrevistados citaram a alface como uma verdura cultivada no passado. Uma agricultora de Divino explicitou que não consumia saladas cruas, segundo ela *“tudo era mais cozido, cozinhava de tudo. Não sabia o que era salada”* (Eva, 47, Vargem Grande de Baixo). Sobre a preferência de consumo atual, uma agricultora de Divino relatou: *“antes eu gostava de arroz e carne. Hoje gosto de alface”* (Hortência, 56, Alves- Divino -MG).

Quanto aos alimentos, de fora, introduzidos na alimentação objetivando mais saúde, os mesmos foram adotados após os cursos de medicina alternativa ou mesmo pelo que é posto como saudável tanto pela mídia quanto pelas relações sociais destes agricultores. Assim, alimentos como a aveia e a linhaça passam a integrar a alimentação diária:

“Eu gostava de tudo, hoje continua a mesma coisa, só que a gente segura mais na gordura, mesmo com o nosso porco criado só com milho, verduras e tratado com homeopatia. Nós mudamos um pouco na alimentação depois que começamos com a medicina natural, então agora a gente procura comer só o que faz bem, nos horários certos e nas quantidades certas. Hoje tem umas novidades que a gente incluiu na nossa alimentação como gergelim, linhaça e aveia” (Helena, 59, Vargem Grande Trevo, Divino-MG).

Quanto ao consumo atual, mesmo os agricultores tendo citado a broa como um alimento consumido nos lanches e desjejum, foi comum, no desjejum, as pessoas tomarem apenas café com açúcar (que substituiu a rapadura) e esperarem para comer só na hora do almoço, prática observada principalmente no município de Divino. Nestes casos, a quantidade de café ingerida foi grande. Um agricultor chegou a consumir quase um litro de café entre o horário que levantou (5 horas) e o almoço (9 horas). Em Acaiaca, apenas em uma das famílias pesquisadas o desjejum foi apenas café. Cascudo (1968) ao escrever sobre os hábitos alimentares no Brasil afirmou que o hábito de comer pela manhã foi uma herança europeia, pois para estes havia uma proibição expressa de sair de casa sem comer, enquanto indígenas e africanos podiam comer ou não, só se encontrassem pronto (CASCUDO, 1968).

Atualmente, observou-se que a broa, em muitos casos, foi substituída por outros alimentos, muitos deles industrializados, conforme pode ser observado na **Tabela 10**.

TABELA 10 - Alimentos industrializados consumidos pelas famílias pesquisadas em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Alimento	Nº de famílias que consumiram em Acaiaca (%)	Nº de famílias que consumiram em Divino (%)
Achocolatados em pó	1 (16,66)	1 (8,33)
Biscoito Cream craker	1 (16,66)	1 (8,33)
Biscoito de polvilho industrializado	1 (16,66)	1 (8,33)
Bolo à base de mistura industrializada	1 (16,66)	0 (0,00)
Goiabada industrializada	0 (0,00)	1 (8,33)
Iogurte industrializado	1 (16,66)	1 (8,33)
Margarina	3 (50,00)	1 (8,33)
Mucilon (mamadeira)	1 (16,66)	1 (8,33)
Pão francês	2 (33,33)	1 (8,33)
Pão de forma industrializado	0 (0,00)	1 (8,33)
Pudim de leite condensado	0 (0,00)	1 (8,33)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

Percebeu-se que quanto maior o tempo de participação e o grau de envolvimento dos agricultores nos espaços promovidos pelo movimento agroecológico, mais a alimentação foi

sendo ressignificada e, assim, os alimentos industrializados passaram a ser menos apreciados ou evitados. Alimentos tidos como “do passado” voltam aos pratos dos agricultores e agora com um novo valor: significando alimento saudável, natural, nutritivo e sustentável. A fala da Violeta retrata estas mudanças:

“[...] a gente comia umbigo de bananeira, mingau de banana verde, mingau de inhame. Hoje não tenho vontade de comer nada não. Já cortei muitas coisas como strogonoff, maionese e não sinto vontade. Eu gosto é do tradicional mesmo, como arroz, feijão, ovo uma verdura [...]” (Violeta, 51, Comunidade do Maracujá, Acaiaca – MG).

Da fala da Violeta percebe-se que o que comer e o modo de comer estão intimamente relacionados e são determinados pela cultura e pelas condições econômicas que determinam as possibilidades alimentares. As mesmas dificuldades de produção e de acesso aos alimentos foram relatadas por outros agricultores tanto, em Acaiaca como em Divino, conforme se pode abstrair dos relatos *“a gente comia muita banana, inhame. Brigava para comer arroz, porque era muito difícil. Passamos muitas dificuldades, a mãe tinha que sair para trabalhar fora. A gente moía cana, fazia a garapa para fazer café”* (Marina, 33, Mata Cães, Acaiaca-MG). O relato acima reforça o argumento de que as maiores dificuldades alimentares foram vividas por aqueles agricultores que não tinham a posse da terra. O consumo do arroz era, e continua sendo, tão importante que foi citado por esta e por outros agricultores como o alimento que mais gostava de comer no passado e o que continua até hoje. O Salvador (43), também manifestou vontade de comer arroz, porém o arroz do passado que era produzido e processado de forma diferente: *“vontade de comer arroz socado no pilão, hoje só come arroz comprado. Ele era mais gostoso”* (Salvador, 43, Mata Cães, Acaiaca-MG).

Em Divino, alguns entrevistados também manifestaram saudade do arroz do passado: “saudade do sabor do arroz de antigamente” (Vicente, 35, Serra dos Carolas, Divino-MG). A Sr.^a Luzia (58) que passou por privações alimentares em sua infância fez o seguinte relato: *“toda vida eu gostei muito de comer arroz, só que não tinha para comer todo dia, acho que quando a gente não tem é que a vontade aperta”* (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG). Outros depoimentos mostram a importância e o significado do arroz:

“Naquela época, o que eu mais gostava de comer era o arroz, porque era difícil de ter, então quando comia era bom demais, só que o arroz de hoje não tem o mesmo gosto, deve ser por causa do meio de produzir, é muita química. Hoje eu gosto de tudo, não tenho segredo não, se é uma alimentação bem feita. Eu como de tudo, não tenho diferença não, mas agrado muito de alho e cebola, uma comida bem

temperada não precisa de muita besteira não. Eu chamo de besteira macarronada, carne essas coisas” (Élcio, 55, Vargem Grande, Divino-MG).

Ainda em Divino, Lérica (27) relatou vontade de comer um arroz que hoje não produzem mais, pois, não consegue as sementes: *“arroz vienês, um arroz que era produzido aqui, é um grão branquinho com uns riscos vermelhos, rende mais e é mais cremoso, era muito gostoso, todo mundo produzia esse arroz, agora todo mundo perdeu a semente”.*

Todos os entrevistados informaram consumir verduras. Entretanto, em Acaiaca, (Tabela 11) observou-se que o consumo, durante os dias das entrevistas, foi maior quando comparado ao consumido em Divino. Deve-se esclarecer que, em Acaiaca, todas as famílias tinham uma horta bastante diversificada, utilizada para o consumo da família e para a comercialização com o PNAE.

Em Divino, nem todas as famílias estavam inseridas no PNAE. Nesse município, apenas uma residência não tinha horta, e neste caso, o consumo de hortaliças foi o mais restrito.

TABELA 11 – Preparações à base de verduras e legumes consumidas durante a pesquisa em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Alimento	Consumo em Acaiaca (%)	Consumo em Divino (%)
Abóbora madura/moranga refogada	1 (16,66)	2 (16,66)
Alface	3 (50,00)	8 (66,64)
Almeirão refogado	1 (16,66)	1 (8,33)
Azedinha (salada)	0 (0,00)	1 (8,33)
Batata inglesa ensopada	0 (0,00)	1 (8,33)
Beterraba cozida	1 (16,66)	1 (8,33)
Brócolis refogado/salada	0 (0,00)	2 (16,66)
Cebola branca crua	1 (16,66)	0 (0,00)
Cenoura cozida/crua salada	1 (16,66)	1 (8,33)
Chuchu cozido (salada), refogado	1 (16,66)	3 (25,00)
Couve crua (salada)	0 (0,00)	2 (16,66)
Couve refogada	2 (33,33)	0 (0,00)
Folhas de beterraba e brócolis	2 (33,33)	0 (0,00)
Mamão verde refogado	0 (0,00)	1 (8,33)
Quiabo	2 (33,33)	0 (0,00)
Pimentão (salada)	0 (0,00)	1 (8,33)
Repolho refogado	1 (16,66)	0 (0,00)
Salsa	1 (16,66)	2 (16,66)
Taioba refogada	0 (0,00)	1 (8,33)
Tomate cru (comprado)	1 (16,66)	1 (8,33)
Tomatinho (salada)	2 (33,33)	2 (16,66)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

A valorização de alimentos de difícil acesso, pela questão econômica ou por outras limitações também foi evidenciada. Em Acaiaca, a Bárbara (43) informou que quando criança o que mais gostava de comer era: *“guaraná, porque ninguém tinha, então era bebida de rico, guaraná a gente só tomava no Natal. Até nos aniversários era Q-suco⁴⁰”*. Em Divino, a Vitória (36), filha de agricultores que migraram para Volta Redonda/RJ e retornaram quando ela tinha oito anos, relatou: *“sempre gostei de tudo; em Volta Redonda sempre tinha sorvete e pão fresquinho, daí quando a gente veio não tinha sorvete e pão quentinho”*. Atualmente, ambas as agricultoras podem acessar os alimentos que no passado foram privadas por questões econômicas ou pela dificuldade física de acesso, todavia, este consumo se dá de forma eventual, pois estes alimentos são tidos como poucos saudáveis.

Assim, pode-se afirmar que os alimentos que foram excluídos da dieta e os novos alimentos que foram incluídos ou que retornaram é resultado de um processo de elaboração onde os alimentos passam a ter novos significados, neste caso, ressignificados, principalmente, pelos princípios agroecológicos e pelas terapias alternativas.

5.8 Quando o alimento virou comida

“Eu acho que alimento é a diversidade mesmo, é tanta coisa que não sei dizer” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Desde que o campo das ciências humanas passou a ocupar-se com a compreensão do significado da alimentação, do alimento e da comida, estes foram adquirindo significados diferentes. Segundo Da Matta (1988), o alimento é algo neutro, já a comida é um alimento que se torna familiar e, por isso mesmo, definidor de identidade social, de coletividade. Para Canesqui e Garcia (2005) o que se come não tem o único objetivo de sustentar e nutrir:

Não comemos apenas quantidades de nutrientes e calorias para manter o funcionamento corporal em nível adequado, pois há muito tempo os antropólogos afirmam que o comer envolve seleção, escolhas, ocasiões e rituais, imbrica-se com a sociabilidade, com ideias e significados, com as interpretações de experiências e situações. Para serem comidos, ou comestíveis, os alimentos precisam ser elegíveis, preferidos, selecionados e preparados ou processados pela culinária, e tudo isso é matéria cultural (CANESQUI; GARCIA, 2005, p. 9)

⁴⁰ Q-suco ou ki-suco são marcas de preparados sólidos para refresco (PSR), utilizados no preparo de bebidas, devendo ser dissolvidos em água fria, simulando o sabor do suco de fruta natural. Embora amplamente consumidos pela população brasileira, são nutricionalmente pobres e ricos em aditivos alimentares (SILVA et al., 2005).

Nesta mesma linha de raciocínio, Poulain (2004), afirma que cada sociedade seleciona internamente, dentre o conjunto de alimentos disponíveis e que tenham valor nutricional o que vai virar “comida” segundo os aspectos culturalmente aceitos, negociados e compartilhados.

Nos relatos encontrados nesta pesquisa, pode-se perceber a importância da comida enquanto elemento social aglutinador: *“comida é a minha vida, é como se fosse combustível para o resto. A comida está presente em tudo. A maioria das decisões aqui em casa acontece quando estamos comendo”* (Lérida, 27, Carangolinha, Divino – MG).

Ao manifestar o que vinha à mente quando escutavam a palavra comida e alimento, as respostas mostraram que, tanto em Divino como em Acaiaca, alimento é algo que está além das necessidades nutricionais como informou a Marisol: *“é ficar satisfeito, ficar feliz, é o prazer de comer coisas boas”* (Marisol, 50, Maracujá, Divino-MG). Já a Bárbara (43) lembrou da origem dos alimentos: *“eu acho que alimento pra mim é tudo aquilo que eu como sabendo a origem”* (Bárbara, 43, Comunidade do Coqueiro, Acaiaca- MG). Pelos relatos, o alimento mostrou ser algo que sofreu mais influência da racionalidade, onde seu consumo se dava por escolhas socialmente construídas, considerando, inclusive, os aspectos nutricionais:

“Quando falamos de alimento temos que pensar nas coisas mais saudáveis, legumes, verduras, o que defende o nosso organismo” (Pedro, 61, Alves- Divino-MG).

“Quando penso em alimento acho que a gente tem que saber o que está comendo. Comida é qualquer coisa, agora alimento é o que alimenta a gente mesmo, no meu modo de pensar é isso. A importância disso é que se eu for comer uma coisa de qualquer maneira a nossa saúde não vai ficar boa, da nossa família muito menos” (Júlia, 20, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“Alimento já é uma preocupação com uma coisa boa, porque comida pode ser tudo que come mais alimento tem que ser saudável” (Vitória, 36, Vargem Grande de Cima, Divino - MG).

“É a diversificação, uma alimentação balanceada, sem exageros de uma coisa só” (Vicente, 35, Serra dos Carolas – Divino-MG).

“Alimentação é muito importante; duns tempos pra cá depois dos encontros, dos intercâmbios, nós mudamos muito a nossa alimentação. Passamos a valorizar as coisas daqui” (Ana, 17, Vargem Grande de Baixo, Divino – MG)

Em alguns casos, o alimento teve um valor maior que a comida. E para estes agricultores, alimento estava mais relacionado à diversificação e saúde; e, comida ao saciar a necessidade de comer. Em Acaiaca, na Comunidade de Mata Cães, obteve-se os seguintes relatos sobre alimento: *“[...] eu acho que entra a questão das verduras, as quitandas, as*

frutas” (Salvador, 43). Já para a sua esposa Marina (33) alimento “*é uma coisa de mais qualidade, que alimenta mesmo*”.

O consumo de frutas foi frequente, na maioria das famílias entrevistadas. Apenas em uma das residências não se verificou o seu consumo, nos dias da pesquisa. Durante as caminhadas pelas propriedades as frutíferas integravam as paisagens, tanto nos quintais como nas lavouras. O modo de consumo e a diversidade de frutas ingeridas pelos agricultores no período da pesquisa podem ser observados na **Tabela 12**.

TABELA 12 - Frutas consumidas em Acaiaca e Divino-MG, 2012.

Fruta	Nº de famílias que consumiram em Acaiaca (%)	Nº de famílias que consumiram em Divino (%)
Abacate (com açúcar)	0 (0,00)	1 (8,33)
Ameixa amarela (natural)	0 (0,00)	1 (8,33)
Amora silvestre (natural)	0 (0,00)	2 (16,66)
Banana madura (natural)	4 (66,66)	1 (8,33)
Banana caturra verde ensopada	0 (0,00)	1 (8,33)
Cidra madura crua	0 (0,00)	1 (8,33)
Fisales (natural)	0 (0,00)	1 (8,33)
Graviola (natural e suco)	1 (16,66)	1 (8,33)
Laranja (natural)	1 (16,66)	0 (0,00)
Laranja kikan (com a casca)	0 (0,00)	1 (8,33)
Laranja suco sem açúcar	0 (0,00)	1 (8,33)
Laranjada	1 (16,66)	0 (0,00)
Limão (na salada)	2 (33,33)	1 (8,33)
Limão doce (natural)	0 (0,00)	1 (8,33)
Limonada com açúcar	0 (0,00)	1 (8,33)
Mamão maduro (natural)	0 (0,00)	1 (8,33)
Mamão verde refogado	0 (0,00)	1 (8,33)
Mexerica (natural)	1 (16,66)	1 (8,33)
Tangerina (natural)	0 (0,00)	1 (8,33)

Fonte: Resultados da pesquisa, 2012.

A reflexão sobre a importância da alimentação para a saúde alterou os hábitos alimentares dos agricultores que mesmo ao fazer refeições fora do lar buscam alternativas mais saudáveis, como pode ser depreendido a partir da fala a seguir:

“Alimentação é muito importante. Antes a gente comia; hoje a gente pensa sobre o que vai comer. Para mim alimento ou comida é saúde mesmo. Eu e a Júlia (esposa) conversamos muito sobre isso. O dia que nós fomos para a “Troca de Saberes”⁴¹, acabamos chegando tarde e fomos comer, só tinha sanduiche, aí eu falei: pelo amor de Deus comer um negócio desse! Acaba tendo aquela preocupação com o que nós vamos comer. Quando eu vou para o sindicato eu não almoço, vou na mercearia e

⁴¹ Troca de Saberes é um espaço de extensão universitária promovido pela Universidade Federal de Viçosa, que acontece desde 2009 durante a Semana do Fazendeiro. Este evento constitui-se como um importante espaço de diálogos entre agricultores e comunidade acadêmica (MIRANDA et al., 2011). Vários agricultores entrevistados já participaram de pelo menos uma edição do Troca de Saberes.

compro uma porcaria por lá e como[...]” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Woortmann (1978), por meio dos depoimentos de seus informantes, mostra que alimento e comida “*é tudo a mesma coisa*”, onde tudo que é comida é alimento. Durante as entrevistas para esta pesquisa, constataram-se respostas semelhantes às encontradas por Woortmann (1978), onde alimento e comida tinham o mesmo valor e significado:

“Uai, é a mesma coisa, pois é do alimento que a gente faz a comida, pode ser uma folha de couve, a gente pega ela e faz e sustenta a gente” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

“É tudo a mesma coisa”. (Marta, 47, Volta Grande, Acaiaca-MG)

“Para mim é uma coisa só; se você tiver alimentando e for uma coisa saudável, ou tem diferença? Comeu alimentou é comida” (Adil, 40, Vargem Grande de Cima, Divino-MG).

Para Cândido (1987), em seu estudo realizado com os caipiras paulistas, no período compreendido entre 1947 e 1954, o ato de alimentar-se, como resumiu este autor, “*torna-se o centro de um dos mais vastos complexos culturais, abrangendo atos, normas, símbolos, representações*” (CÂNDIDO, 1987, p 29). Nos depoimentos dos caipiras pesquisados por este autor, percebe-se que alimento e comida têm significados diferentes, embora o que importava era sentir-se alimentado, com a “*barriga cheia*”. Assim, o alimento era aquilo que dava a sensação de saciedade. Canesqui (1988) encontrou respostas semelhantes às apresentadas por Cândido (1987) e afirma que a comida valorizada é aquela “*capaz de sustentar o corpo, dar força e energia para trabalhar, que enche a barriga, deixando a sensação de estar alimentado*”.

Já grande parte dos entrevistados, ao definir comida e/ou alimento, o fizeram citando alguns alimentos, que foram escolhidos por serem culturalmente aceitos e, em muitos casos, por serem os preferidos:

“Alimento é arroz, batata, uma verdura” (Violeta, 51, Maracujá, Acaiaca – MG).

“Arroz, feijão e angu” (Paulo, 53, Teixeira, Divino-MG).

“Aquele arroz com feijão, frango com quiabo e salada de couve que eu faço” (Luiza, 46, Teixeira, Divino-MG).

“Eu penso numa canjiquinha ralinha, numa taioba com angu, num mingau de couve” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“É arroz, feijão, Angu. A carne faz diferença, mais não é uma necessidade. Agora quando tem uma visita a gente faz, que é uma maneira de agradar” (Marta, 47, Volta Grande, Acaiaca-MG).

“Frango com mingau de fubá” (Hortência, 56, Alves- Divino -MG).

“Alimento é comer bem, se tiver uma verdura, arroz e feijão já tá muito bom, se tiver uma carne já ajuda bem” (Antônia, 46, Hortinha, Acaiaca – MG).

O Sebastião (58), marido da Antônia, acha que alimento é *“comer bem também, mais não precisa carne, não”*. Esta diferença nos relatos da Antônia e do Sebastião é importante para se perceber que, em uma mesma família, onde o acesso aos alimentos acontece da mesma forma, os significados desses elementos, são diferentes, pois está relacionada à identidade cultural de cada um.

Se por orientação da homeopatia, ou pelas relações estabelecidas com os vegetarianos, ou pelas dificuldades em adquiri-la, a carne não é um alimento que compõe a paisagem dos pratos no dia a dia; ela permanece comida nas mentes e corações destes agricultores, que sempre citavam algum tipo de carne como comida ou mesmo alimento preferido, como pode observar em vários depoimentos e como este da Violeta:

“[...] naquela época eu gostava muito de frango, eu sempre gostei muito de frango e carne moída, eu lembro sempre da carne moída da minha vó, ela fazia assim com cebolinha, e era muito bom. [...] Hoje eu gosto muito de verdura, um feijão bem temperadinho, com muito alho, frango e peixe assado ou ensopado” (Violeta, 51, Comunidade do Maracujá, Acaiaca- MG).

Outros depoimentos acrescentaram à comida valores religiosos, como se pode observar no relato da Bárbara (43). Para essa agricultora, comida é muito mais que ingerir uma porção de alimentos, é algo sagrado, presente de Deus e da natureza. Contudo, não se esquece da importância de se ter a terra para plantar, como ela nos conta:

“Eu penso em várias coisas, em primeiro lugar eu agradeço muito a Deus por nunca ter passado fome e hoje ter essa fartura, e em segundo lugar eu penso que quem tem um pedacinho de terra e não tem preguiça não passa fome. Tem verdura, tem legumes, tem frutas. Igual aqui em casa, que tem essa variedade de frutas, você pode até não ter o gás e a lenha para cozinhar mais se tem fruta você não passa fome” (Bárbara, 43, Comunidade do Coqueiro, Acaiaca- MG).

5.9 Aproximações e diferenças entre o que se come em Acaiaca e Divino

Ao analisar as entrevistas, percebeu-se que tanto em Acaiaca como em Divino, o que se comia no passado apresentava mais semelhanças entre as diversas famílias do que o que se come hoje. As semelhanças do passado, certamente estão associadas a um tempo em que pouco se comprava de alimentos, e se consumia aquilo que era produzido. Atualmente, com a facilidade de acesso aos mercados pode-se comprar de tudo, seguindo as condições econômicas.

Nos relatos abaixo, pode-se perceber a semelhança daquilo que se comia nos dois municípios pesquisados:

“Comia arroz, feijão, inhame, carne de porco de lata, frango ensopado, feijão com mandioca, feijão com farinha, abóbora, tinha muito ovo. Comia só o que plantava. A mãe fazia farinha de mandioca, polvilho” (Mônica, 58, Comunidade dos Teixeiras, Divino-MG).

“A gente comia batata (batata doce) no café, nas refeições, na merenda. Café a gente fazia era com garapa, por isso que a gente tinha cana, antes era só garapa mesmo. A gente comia muita canjiquinha, mingau de couve, mingau de banana verde, mingau de inhame, mandioca. Comia muita banana cozida” (Marta, 47, Comunidade de Volta Grande, Acaiaca - MG).

“Comia muito angu, mingau de couve, mingau de inhame. Arroz só socado no pilão, então era difícil de socar. Comia o arroz até acabar, depois comia mingau de inhame, mingau de couve” (Valentina, 52, Serra dos Delfinos, Divino- MG).

“Era um arroz, um mingau de couve, um mingau de inhame, teve uma época que não tinha arroz, já comemos muita canjiquinha, sem arroz, sem feijão” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“Comia mais era mingau de inhame, canjiquinha, mingau de couve. Arroz era só em dia de festa.” (Pedro, 61, Alves- Divino-MG).

“A gente fazia café de melado, o lanche era broa, inhame, fubá suado, mandioca” (Vicente, 35, Serra dos Carolas, Divino-MG).

“A mãe fazia muito angu e couve rasgada. Não lembro da mãe fazer uma comida sem verdura. [...]. Meu pai sempre gostou de muita fartura” (Helena, 59, Vargem Grande Trevo, Divino-MG).

“Comia muito mingau de couve, fritura a gente não comia, hoje eu frito, mais frito pouco” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

Estas semelhanças devem ser analisadas, não como uma casualidade, e sim a partir dos determinantes sociais, culturais, econômicos e ambientais. Mesmo com as diferenças nos tamanhos das propriedades os alimentos produzidos no passado, com raras exceções, eram muito semelhantes, Partilhando, portanto, de uma paisagem semelhante eles também tinham

práticas alimentares similares, visto que, os alimentos disponíveis produzidos eram quase sempre os mesmos.

5.10 Soberania alimentar: da semente ao prato

“Soberania? Tem a ver com autonomia? Pois é, quem planta só a meia, não tem liberdade. Agora, se você tem a sua terra, você pode decidir o que plantar”
(Salvador, 43, Comunidade de Mata Cães - Acaiaca - MG).

Entende-se por Soberania alimentar, o direito do cidadão ou coletividade de decidir sobre a produção e o consumo de alimentos (MINAS GERAIS, 2006). Assim compreendida, a Soberania alimentar é um princípio que deve estar presente em todas as políticas públicas com vistas à segurança alimentar e nutricional sustentável. Ao elaborar a Lei Orgânica da Segurança Alimentar (LOSAN), a soberania alimentar foi incorporada ao texto da Lei, conforme pode-se observar em seu Art. 5º: *“A consecução do Direito Humano à Alimentação Adequada e da segurança alimentar e nutricional requer o respeito à soberania, que confere aos países a primazia de suas decisões sobre a produção e o consumo de alimentos”* (Art. 5º da Lei 11.346 de 15 de setembro de 2006). Esta definição remete, portanto, ao direito dos povos de decidir sobre sua política agrária e alimentar, incorporando ainda as dimensões econômica, social, política, cultural e ambiental (SILIPRANDI, 2001; MADELEY, 2003).

Estas dimensões estão diretamente relacionadas à definição de SANS, tanto na produção dos alimentos, quanto na oferta e consumo destes. O objetivo principal do debate sobre soberania alimentar é a garantia do Direito Humano a Alimentação Adequada e evitar que outros países interfiram nos hábitos alimentares da população, o que na maioria das vezes causaria dependência e colocaria em risco a saúde coletiva (MADELEY, 2003).

No Brasil, a criação do Comitê Internacional de Planejamento da Sociedade Civil pela Soberania alimentar – CIP constituiu-se um importante instrumento para a consolidação da soberania alimentar. Este comitê é composto por várias organizações de movimentos sociais, sindicatos e organizações da sociedade civil, ligados à agricultura familiar camponesa, indígena e pescadores; e, reivindica a soberania dos povos para determinar e definir suas próprias políticas alimentares. Seu papel tem sido acompanhar os debates internacionais no âmbito da soberania e SANS.

Dos relatos de vários agricultores pode-se perceber que os *Intercâmbios Agroecológicos* constituíram-se como importantes espaços para a valorização dos hábitos

alimentares e do conhecimento tradicional, aspectos imprescindíveis para a realização da soberania alimentar. Muitos agricultores relataram ter aprendido e ensinado muita coisa como, por exemplo: *“tratar dos animais, trocar sementes e mudas, produzir remédios caseiros para as pessoas e para os animais”*, mas principalmente citaram este espaço como decisivo na formação e fortalecimentos de hábitos alimentares saudáveis, valorizando e ressignificando práticas alimentares. Isto permitiu, aos agricultores, ter orgulho de seus hábitos alimentares e dos alimentos por eles produzidos e consumidos. Um agricultor de Divino relatou que os *Intercâmbios Agroecológicos “são espaços de trocas de saberes e de sabores”*. E estes Intercâmbios possibilitaram mudanças na vida dos agricultores que foram refletidas na saúde, conforme o depoimento da Luzia: *“Depois que começaram os intercâmbios muita coisa melhorou aqui em casa e a nossa saúde também”* (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

E foram pelos *Intercâmbios Agroecológicos* e pelos demais espaços de formação promovidos pelo CTA-ZM, pela UFV e pelos Sindicatos de Trabalhadores Rurais, que se tornou possível a construção de novas compreensões e valorizações do acervo alimentar destes agricultores, permitindo o atual reconhecimento: *“antes a gente tinha vergonha do que comia”* (Eva, 47, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG). A vergonha evidenciada na fala da agricultura relaciona-se à desvalorização da alimentação cultivada pelos agricultores e que não era comercializada, apenas consumida. E ao discutir sobre produção e consumo de alimentos, estes são ressignificados e passam a ser relacionados como alimentos saudáveis e sustentáveis

Para os agricultores de Acaiaca e Divino, a questão da soberania alimentar foi lembrada enquanto autonomia na produção e reprodução das suas próprias sementes e matrizes, e liberdade para plantar e escolher o que comer conforme se pode perceber em seus depoimentos:

“Soberania alimentar, eu penso mais pelo lado da insegurança alimentar, se a pessoa não produz não pode ter segurança alimentar. É o caso das sementes, se não tem semente não tem como produzir” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“É muito bom, produzir de forma agroecológica, porque a gente tem uma alimentação melhor. Tem muita gente doente e tudo é alimentação errada. Com a Agroecologia nós passamos a plantar mais na horta, antes a gente plantava só que era menos qualidade (variedade), hoje plantamos brócolis, repolho. O problema está sendo a semente, a gente planta e não nasce, parece que eles fazem isso já pensado mesmo, só para a gente desistir” (Vitória, 36, Vargem Grande de Cima, Divino-MG).

Sobre a liberdade de escolha de como e o que plantar, os agricultores relacionaram a autonomia sobre o que plantar à titularidade da terra e às sementes. Afirmaram ser mais fácil decidir o que plantar do que o que comer, pois segundo eles nem sempre se pode escolher o que vai comer:

“Plantar pode decidir, eu só não sei se vou colher tudo que plantei, aqui em casa mesmo, eu não posso, pois os animais dos outros come” (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

“Comer acho que pode, só que às vezes a gente come umas coisas que não são muito certa, igual um macarrão, um refrigerante. Eu não sou muito chegada em refrigerante, mais quando tem a gente toma” (Olga, 48, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

“Plantar para a despesa de quem mora na terra dos outros também pode” (Pedro, 61, Alves, Divino – MG).

“Comer só se mudar o hábito, substituindo as coisas que a gente não planta” (Hortência, 56, Alves, Divino – MG).

“Plantar? Lógico que pode, por que a gente tem terra, se não tivesse tinha que ver com o patrão. Comer eu acho que pode, e é o que a gente mais precisa e deveria saber é sobre o que comer” (Júlia, 20, Vargem Grande, Divino - MG).

“Plantar? Só podemos se tiver as terras e as sementes, agora comer depende” (Alberto, 28, Vargem Grande de Baixo, Divino - MG).

“Plantar, quem tem um pedaço de terra até pode, quem trabalha de meeiro, igual no meu caso, já não tem tanta liberdade. Tem meeiro que é igual a um escravo, tem que fazer o que o patrão manda. Nós já larguemos uma terra por causa disso, o patrão só não obrigou a gente usar veneno, mais falou que tinha que usar, então nós deixamos as terras” (Élcio, 55, Vargem Grande de Baixo, Divino-MG).

Não obstante a todos esses relatos, outros depoimentos não atribuem unicamente ao patrão a responsabilidade pelo uso dos agrotóxicos: *“plantar pode decidir sim, eu não fico só colocando a culpa no patrão, tem meeiro que sai da propriedade se o patrão não comprar veneno”* (Helena, 58, Vargem Grande Trevo, Divino-MG).

Em relação à saúde, os diversos relatos possibilitaram compreender que a transição agroecológica foi de grande importância para a sua promoção, seja por meio da substituição dos tratamentos convencionais pelos alternativos, o que gerou uma redução dos gastos com saúde ou da modificação no consumo alimentar. Os manejos agroecológicos, com a exclusão dos venenos também foram citados como promotores da saúde: *“Acho que para a saúde da gente a Agroecologia é muito bom, raramente a gente gasta com remédio. Se tivesse no meio do veneno era um veneno matando o outro.”* (Luzia, 58, Bom Jesus, Divino – MG).

Com a participação nos espaços de formação e nos movimentos sociais, percebeu-se um empoderamento dos agricultores, que por meio do resgate e valorização do conhecimento construído ao longo dos anos não têm mais medo de denunciar as agressões à natureza e à saúde das pessoas. E é, também, por intermédio desse poder construído coletivamente que encontramos falas como essa da Sr.^a Valentina:

“Posso falar outra coisa? Quero falar, também, que a gente luta é para ter tudo da própria terra. Só que arroz eles (marido e filhos) não querem plantar. Plantar é melhor e temos que comprar menos. Tenho que falar da mandioca que é outro alimento que com ele a gente faz tudo também. Teve uma época que eu fiquei doente e o que seguiu foi a mandioca e o milho. Posso falar mais uma coisa? Que a terra é a nossa mãe maior, que dá a vida por todos os tempos; eu falo isso para os meus filhos; eu comecei e todos foram seguindo. Um dia fiz um trabalho da Igreja em que a gente tinha que lavar as mãos antes de mexer na terra, pois a terra é sagrada! Tudo vem da terra! Essa mãe, ela sustenta desde o dia que você nasce até o dia que você fecha os olhos” (Valentina, 52, Serra dos Delfinos, Divino- MG).

Desta forma, como tentou-se mostrar neste capítulo, a Agroecologia tem contribuído para a adoção de estratégias alimentares mais saudáveis e para a recuperação de práticas alimentares que haviam se perdido ao longo dos anos. Pode-se citar como exemplo, o consumo de verduras como a mostarda, o lobrobo, a serralha e a capiçova. E, ao retornar à dieta, estes alimentos voltaram ressignificados; e, se tinham sido excluídos dos pratos por serem considerados como comida sem valor, ou mesmo “comida de pobre”, voltam como alimentos nutritivos e saudáveis. O retorno destes alimentos se deu, principalmente, pela participação nos espaços de formação como os *Intercâmbios Agroecológicos* os cursos de formação e mesmo através das reuniões na sede do CTA-ZM. Estes espaços ainda encorajaram esse grupo populacional a experimentar novas receitas alimentícias que passam a fazer parte da rotina alimentar e viram comida. Portanto, pode-se afirmar que através da transição agroecológica, os agricultores dos dois municípios estudados conseguiram melhorar suas rendas e garantiram mais segurança alimentar e nutricional de forma sustentável e soberana.

6 - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao elaborar estas considerações, não se tem a pretensão de findar o estudo ora iniciado. Pretende-se, apenas, enumerar algumas observações obtidas, nesta pesquisa, para que possam contribuir para novos estudos e reflexões sobre os *Meios de Vida*, as paisagens e a segurança alimentar e nutricional das famílias rurais, em especial daquelas inseridas na perspectiva agroecológica. E, por conseguinte, é preciso voltar aos objetivos da pesquisa e responder algumas perguntas que deram início a este estudo. Começemos então, pela receitas, buscando responder a pergunta inicial: de que forma as receitas tradicionais locais contribuíram para a soberania e segurança alimentar e nutricional?

Ressalta-se, a princípio, que muitas das receitas tinham sido excluídas no consumo alimentar das famílias, principalmente por considerarem que aqueles alimentos não eram importantes ou que simbolizavam comida de pobre. No que se refere à questão alimentar, percebeu-se que a Agroecologia, além de permitir a diversificação dos alimentos produzidos, possibilitou a ressignificação do que seria alimento e comida, e mediante esta ressignificação, alimentos como o lobrobo, a capiçova, o umbigo de bananeira, as broas (de arroz, de fubá com rapadura) os ensopados de banana verde, voltaram para substituir alimentos menos nutritivos e de mais difícil acesso por serem necessariamente adquiridos externamente, como o macarrão, a batata inglesa, que embora consumidos, tornaram-se mais eventuais. E outros alimentos que eram consumidos no passado passam a integrar o prato com novas formas de preparo, como a salada de couve e as quitandas a base de abóbora. Percebeu-se, ainda, que ao refletirem sobre o que comer, a quantidade de frituras reduziu, dando lugar aos ensopados (comuns no passado), assados e saladas, que eram pouco consumidas anteriormente. Além dos alimentos que retornaram, outros foram introduzidos, como a cenoura, a beterraba e o brócolis.

Como os alimentos que passaram a compor a paisagem do prato, em sua maioria era produzida pelos agricultores, isto garantiu mais soberania, visto que não dependiam do mercado para adquiri-los. Assim, a SANS foi assegurada pela diversificação dos alimentos - prato colorido, e pela qualidade dos alimentos que quando produzidos por estes agricultores estão livres de resíduos de agrotóxicos.

Como o tema central desta pesquisa foi relacionar a produção de alimentos numa perspectiva agroecológica com os *Meios de Vida* e a paisagem, deve-se aqui, apresentar as

considerações sobre como as mudanças ocorridas com a agroecologia impactaram os *Meios de Vida* destes agricultores e quais os redesenhos das paisagens foram construídos.

Nos dois municípios estudados, percebeu-se que a prática de novos manejos agrícolas, baseados em tecnologias mais sustentáveis, se deu em momentos diferentes e por motivos também diferenciados. Grande parte dos agricultores passou a ter a assessoria do CTA-ZM, em momentos de fragilização dos seus *Meios de Vida* provocada pela baixa produtividade agrícola, em consequência dos solos enfraquecidos em decorrência de manejos insustentáveis.

Em Divino, quatro famílias iniciaram os manejos mais sustentáveis, pela necessidade de produzir alimentos mais saudáveis que pudessem contribuir para a recuperação da saúde de algum membro da família que havia se intoxicado com agrotóxico. Nesse município, outro agricultor passou a utilizar manejos mais sustentáveis, com a assessoria do CTA-ZM, como alternativa para continuar produzindo e não degradar o ambiente, após receber uma multa ambiental por desmatamentos.

Percebeu-se que nas dezoito famílias estudadas, nenhuma faz uso de agrotóxicos, e por uma opção política construída pela participação nos diversos espaços proporcionado pelo movimento agroecológico os participantes desta pesquisa sempre se referiram aos agrotóxicos como “veneno”.

Em Acaiaca, os debates sobre a Agroecologia, tiveram seu início numa mesma época, começo dos anos 2000, por meio de parceria entre o CTA-ZM e o poder público municipal, como estratégia para a implantação da Agenda 21 no município. Posteriormente, as ações do CTA-ZM no município aconteceram mediante a articulação entre o Sindicato de Trabalhadores Rurais e o CTA-ZM.

Como a Agroecologia é construída de forma processual, isso se deu de formas distintas para os agricultores envolvidos nesta perspectiva. Todavia, em nenhuma das propriedades visitadas encontrou sistemas monoculturais, que no passado foi responsável pela insegurança alimentar no meio rural conforme vários relatos, principalmente em Divino onde a monocultura do café substitui o cultivo de arroz, milho e feijão. Pelos relatos, percebeu-se ainda que a insegurança alimentar foi mais presente nas famílias que não tinham o título da terra.

Com a adoção dos manejos agroecológicos, a produção obtida não afetou apenas o consumo de alimentos, mas a própria identidade social, enquanto indivíduos e produtores de bens agrícolas e alimentos de forma sustentável, e que desta forma, estavam contribuindo para

a saúde da família, dos consumidores e do ambiente em geral, o que gerou uma sensação de bem estar para as famílias.

A realidade empírica possibilitou, ainda, perceber que como resultado da reflexão sobre o que os agricultores consideram como saudável os alimentos excessivamente açucarados vão sendo paulatinamente substituídos por outros alimentos, considerados como mais saudáveis. Entretanto, algumas contradições quanto ao consumo alimentar foram percebidas, principalmente nos momentos festivos onde o consumo de bebidas açucaradas como os refrigerantes são apreciadas e consumidas excessivamente.

Quanto às compras de bens alimentares, tanto em Acaiaca como em Divino, foi perceptível o quanto os agroecossistemas mais diversos garantem mais autonomia para as famílias reduzindo a necessidade de aquisição externa de bens alimentares. Na maioria dos casos, as compras de supermercados são realizadas uma vez por mês. Nas famílias que recebem pensões ou aposentadorias, estas compras são realizadas no dia do recebimento. As demais compras são ocasionais, dependendo da vontade de comer algo específico, ou da oferta em domicílio. Em Acaiaca, os agricultores têm utilizado mais as redes locais, quando comparado com o município de Divino. Estas redes são responsáveis pelo fornecimento de leite e derivados, carnes, fubá, café, e eventualmente alguma fruta, verdura ou legume. Além das compras, as trocas e as doações acontecem nos dois municípios e são importantes para incorporar mais diversidade à dieta.

Como consequência da grande demanda de alimentos para o PNAE, observou-se que muitos alimentos que antes eram apenas doados ou trocados, como o lobrobo, o urucum, passam a ser comercializados. E a tabela de preços do PNAE passa a ser a referência para todas as vendas das famílias, mesmo para as vendas entre vizinhos.

Observou-se, ainda, que estimulados pelo Sindicato de Trabalhadores Rurais e apoiados nas ações do CTA-ZM e da UFV, os agricultores buscaram construir suas próprias histórias e transformaram as dificuldades iniciais de produção em oportunidade de experimentar novos manejos agrícolas, o que possibilitou maior diversidade e renda. A ação desses mediadores foi de grande relevância para aumentar a produção de bens agrícolas, uma vez que têm contribuído para o comércio mais justo da produção, seja criando novos canais de comercialização, ou por meio das diversas oficinas e cursos para facilitar a comercialização para o mercado institucional, como por exemplo: o PNAE.

Em Divino, em decorrência das diversas alternativas de tratamento praticadas e utilizadas pelos agricultores, o uso dos serviços oferecidos pelo SUS reduziu

significativamente, segundo os relatos dos entrevistados. Desse modo, as famílias vem tratando parte das doenças com fitoterápicos ou remédios homeopáticos.

Pela comparação entre os dois municípios, Acaiaca e Divino, percebeu-se que em Divino, a principal produção de renda é o café. Entretanto, outros produtos agrícolas também estão sendo comercializados, como: banana, mandioca, laranja, abacate, e que, quase sempre, são produzidos em consórcio com o café, consequência da diversificação da paisagem incentivada pelo CTA-ZM, nos manejos agroecológicos. Com isto, percebeu-se, outrossim, que os agricultores que iniciaram a transição agroecológica há mais tempo apresentaram uma maior diversificação de alimentos e o volume comercializado também foi maior. Ainda em Divino, após 2009, com a possibilidade de comercializar para o PNAE, parte dos agricultores aumentou a produção de hortas, o que tem possibilitado maior diversificação da renda e de bens alimentares. Pode-se concluir que a tradição de cultivar café foi mantida, todavia com a introdução de bens alimentares como resultado da participação nos movimentos agroecológicos.

Em Acaiaca, a maioria dos agricultores produz para o autoconsumo. Apenas uma família estudada, vive exclusivamente da renda obtida da propriedade. Neste caso, observou-se uma grande diversidade de alimentos de origem vegetal e animal. Nas outras cinco famílias estudadas, a renda obtida com os produtos agrícolas se resumia aos alimentos comercializados para o PNAE e para as vendas nas redes locais. Exceção para uma família que vende cana de açúcar para um alambique. Neste município, três famílias são beneficiárias de pensões e ou aposentadorias; em duas dessas famílias, o marido (chefe de família) trabalha fora, para complementar a renda, sendo, em um caso, em atividade não agrícola, e outro na construção civil. Nesta perspectiva, os fatores culturais propiciados pelas vivências agroecológicas, somado às alterações inseridas após a Lei 11.947/09, estão modificando a produção e o consumo de alimentos, tanto em Acaiaca como em Divino, o que tem garantido um nível satisfatório de consumo, tanto pela variedade de alimentos como pela qualidade dos alimentos produzidos.

A posse da terra e a sua titularidade, enquanto elemento constitutivo da autonomia e lugar para se viver, também foi percebida como condição importante para uma alimentação adequada e para ter saúde e qualidade de vida.

Com os redesenhos das paisagens, após a adoção dos manejos agroecológicos, os alimentos cultivados diversificaram e ficaram mais próximos das residências, e isto,

certamente, é um fator que tem estimulado para uma alimentação mais variada e consequentemente, um prato mais colorido e saudável.

Percebeu-se ainda, uma diversidade de práticas e hábitos alimentares atuais, que merecem ser estudados em pesquisas futuras, analisando em profundidade como estas práticas e hábitos foram construídos e como se relacionam com aquilo que os agricultores compreendem como saúde. Outras análises poderiam enfatizar as dificuldades de adoção de manejos agroecológicos decorrentes das diferenças de geração. A questão de gênero também merece uma análise mais profunda, com o objetivo de avaliar a contribuição da mulher no cultivo e geração de renda para a família.

Outro ponto importante apontado na pesquisa é a necessidade de espaços específicos para a comercialização dos produtos agroecológicos, pois atualmente grande parte dos bens produzidos com manejos agroecológicos está sendo comercializada nos mesmos espaços que os alimentos convencionais, não oferecendo ao consumidor a possibilidade de escolha.

Ressalta-se, ainda, a necessidade de dar maior visibilidade às experiências agroecológicas desenvolvidas na Zona da Mata mineira, divulgando como estas experiências têm contribuído para a permanência das famílias no campo, e para o fortalecimento das condições sociais destes agricultores, que passam a viver com mais qualidade de vida e consequentemente mais saúde. Assim, pode-se afirmar que a diversificação da produção alimentar é uma importante estratégia para se ter segurança alimentar e nutricional de forma sustentável e soberana. Ao valorizar e divulgar estas experiências, os gestores públicos podem se sensibilizar para a necessidade de políticas públicas específicas para esta parcela da população.

Com base neste estudo, pode-se afirmar que a Agroecologia tem grande potencial de contribuir para a redução da fome e da insegurança alimentar. E para que os manejos agrícolas mais sustentáveis sejam adotados tornam-se necessárias políticas públicas específicas para estes agricultores, disponibilizando, assim, assistência técnica e financiamento público.

Embora não fosse o foco deste estudo, percebeu-se que, grande parte das conquistas dos agricultores se deu uma construção em rede entre diversos atores com uma articulação entre o conhecimento técnico (CTA-ZM e UFV) e o conhecimento tradicional dos agricultores, o que resultou em novos desenhos de paisagens e novos *Meios de Vida*.

Desta forma, pode-se concluir que a Agroecologia contribuiu para ressignificar estratégias já conhecidas de *Meios de Vida* e para adotar novas estratégias apropriadas aos

novos *Meios de Vida*. Estas novas estratégias incluíram a diversificação das paisagens das unidades produtivas e, como resultado da diversificação da paisagem, a maior parte destes agricultores garantiu mais soberania e segurança alimentar e nutricional de forma sustentável. O que permite então afirmar que, a monocultura é, sem dúvida, um fator importante de insegurança alimentar. Inclusive a monocultura do café, principal componente das paisagens agrícolas do município de Divino.

Nesses parâmetros, pode-se concluir que para os agricultores em questão, a Agroecologia foi a alternativa, capaz de mantê-los no espaço rural e possibilitar segurança alimentar e nutricional de forma sustentável e soberana, e consequentemente *Meios de Vida* mais saudáveis e sustentáveis.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AB´SABER, A. N. **Domínios de natureza no Brasil: potencialidades paisagísticas**. São Paulo: Ateliê Editorial, 2003.

ALMEIDA, J. Da Ideologia do Progresso à ideia de desenvolvimento (rural) sustentável. In: NAVARRO, J.A.Z. (org.). **Reconstruindo a Agricultura – Ideias e Ideais na perspectiva do desenvolvimento rural sustentável**. Porto Alegre: Ed. Da Univ./UFRGS, 1997. P.33-55

ALTIERI, M. **Agroecologia: bases científicas para uma agricultura sustentável**. Guaíba: Agropecuária, 2002.

_____. **Agroecologia: a dinâmica produtiva da agricultura sustentável**. Porto Alegre: Ed. Universidade/UFRGS, 2001.

_____. **Agroecologia: As Bases Científicas da Agricultura Alternativa**. R.J., PTA/FASE, 1989.

ALVES, R. **Conversas para quem gosta de ensinar**. São Paulo. Papirus, 2000.

ALVES, A.M.S.; BOTELHO, M. I. V. **Agroecologia e novos Meios de Vida para o desenvolvimento local**. In: XXVIII Congresso Internacional da Associação Latino-Americana de Sociologia, 2011, Recife.

ALVES, M. R. F. **Mata mineira: Passado e Presente - dois casos de análise econômica**. Viçosa: Folha de Viçosa, 1993.

ASSIS, L. e ROMEIRO, A. R. Agroecologia e agricultura orgânica: controvérsias e tendências. In: BRANDENBURG, A. **Desenvolvimento e meio ambiente: caminhos da agricultura ecológica**. Curitiba, PR: Editora da UFPR, n. 6, 2002.

BANCO DE DESENVOLVIMENTO DE MINAS GERAIS - BDMG. **Zona da Mata: diagnóstico e indicações de ações prioritárias para o seu desenvolvimento**. Belo Horizonte, 2000.

BARBOSA, L., CAMPBELL, C. O estudo do consumo nas ciências sociais contemporâneas. In: Barbosa, L, Campbell, C, organizadores. **Cultura, consumo e identidade**. Rio de Janeiro: Editora FGV; 2006.

BAUER, M., GASKELL, G. **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som**. Petrópolis, Vozes: 2002.

BERQUE, A. Paisagem-marca, Paisagem-matriz: elementos da problemática para uma Geografia Cultural. In: CORRÊA, R. L.; ROZENDAHN, Z. (Orgs.). **Paisagens, textos e identidade**. Rio de Janeiro: EdUERJ, 2004.

BLASENHEIN, Peter Louis. **A regional history of the Zona da Mata in Minas Gerais, Brazil: 1870-1906**. 1982. 372 f. Tese (PhD em História) – Departamento de História, Stanford University, Stanford.

BOTELHO, M.I.V.; CARDOSO, I.M. **Entra trigo, sai fubá: as práticas de extensão rural**. 2009 (Mimeo).

BOURDIEU, P. **A distinção: crítica social do julgamento**. São Paulo, Porto Alegre: Edusp, Zouk; 2008.

_____. **Razões práticas: sobre a teoria da ação**. Campinas: Papirus, 1996.

_____. **Poder simbólico**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 1989.

_____. Estruturas, habitus e práticas. In: ORTIZ, Renato (Org.). **Pierre Bourdieu: sociologia**. São Paulo: Ática. 1983. p. 60-81.

BRANDÃO, C.R. **Plantar, colher, comer: um estudo sobre o campesinato goiano**. Rio de Janeiro: Graal; 1981.

_____. A antropologia social. In: Marcelino, N.C., org. **Introdução às ciências sociais**. Campinas, Papirus Liv. Ed., 1987. p. 41-50

BRASIL. **VIGITEL Brasil 2011: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

_____. **Resolução CD/FNDE Nº 38**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. *Diário Oficial da União* 2009; acesso em 15/09/2009.

_____. **Lei no 11.947/2009**, de 16 de Junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis nºs 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória nº 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei nº 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. Acesso em 18 de junho de 2009.

_____. **Lei no 11.346/2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) com vistas em assegurar o direito humano à alimentação e dá outras providências. *Diário Oficial da União* 2006; acesso em 15 set 2009.

_____. Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Documento de referência da II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília: CONSEA; 2004.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. **As cartas da promoção da saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.

BROSE, M. (org.). **Metodologia Participativa: uma introdução a 29 instrumentos**. Porto Alegre: Tomo Editorial. 2001. (Coleção Participe)

BUAINAIN, E. M.; ROMEIRO, A. R.; GUANZIROU, C. Agricultura familiar e o novo mundo rural. In: **Sociologias**, Porto Alegre, ano 5, n. 10, jul/dez de 2003, p.312-347.

BURITY, V et al. **Direito humano à alimentação adequada no contexto da segurança alimentar e nutricional** - Brasília, DF: ABRANDH, 2010.

CAPORAL, F. R.; COSTABEBER, J. A. Agroecologia e desenvolvimento rural sustentável: perspectivas para uma nova Extensão Rural. In: **Agroecologia e Desenvolvimento Rural Sustentável**, v.1, n.1, p.16-37, jan./mar. 2000.

CARDOSO, I.M. e FERRARI, E.A. **Construindo o conhecimento agroecológico: trajetória de interação entre ONG, universidade e organizações de agricultores**. *Agriculturas*, 3:28-32. 2006.

CARDOSO, I. M.; SOUZA, H. N.; MENDONÇA, E. S. Biodiversidade, recurso genético e cuidados fitossanitários. **Revista Ação Ambiental** – Maio/Junho, Ano VIII, Número 31. 2005. p. 18-20.

CARDOSO, I.M., GUIJT, I., FRANCO, F. S. e FERREIRA NETO, P. S. Continual learning for agroforestry system design: university, NGO and farmer partnership in Minas Gerais, Brazil. **Agricultural Systems** 69: 235-257. 2001.

CARNEIRO, FF; ALMEIDA, VS; TEIXEIRA, MM; BRAGA, LQV. Agronegócio X Agroecologia: a busca pela justiça ambiental. In: Rigotto (org.). **Agrotóxicos, Trabalho e Saúde: vulnerabilidade e resistência no contexto da modernização agrícola no Baixo Jaguaribe/Ceará**. Fortaleza/São Paulo: Editoras UFC e Expressão Popular, 2011. P. 584-612

CARNEIRO, M. J.; MALUF, R. S. (Orgs.) **Para além da produção**: multifuncionalidade e agricultura familiar. Rio de Janeiro: Mauad, 2003.

CARSON, R. **Primavera silenciosa**. Tradução: Claudia Sant ‘Anna Martins. 1ª Ed – São Paulo: Gaia, 2010.

CARVALHO, P.E.R. **Espécies arbóreas brasileiras**. Brasília: Embrapa Informações Tecnológicas; Colombo, PR: Embrapa Florestas, 2003. 1039p.

CASTRO, J. **Geografia da Fome**. 14ª Edição, Rio de Janeiro. Editora Civilização Brasileira, 2001.

CINTRÃO, R. P. **Ongs, tecnologias alternativas e representação política do campesinato: uma análise da relação entre o centro de tecnologias alternativas e os sindicatos de trabalhadores rurais na zona da mata mineira**. 1996. 328 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento, Agricultura e Sociedade) - Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 1996.

CONSELHO NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL. **Construção do Sistema e da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: a experiência brasileira**. Brasília: FAO/IICA, 2009.

COELHO A. B.; AGUIAR, D. R. D; FERNANDES, E. A. Padrão de consumo de alimentos no Brasil **Revista de Economia e Sociologia Rural** vol. 47, nº 2, Brasília Abril/Junho, 2009.

CONTRERAS, J. H.; ARNAIZ, M. G. **Alimentación y cultura** – perspectivas antropológicas. Barcelona: Ariel, 2005.

CORRÊA, G. F. **Modelo de evolução e mineralogia da fração argila de solos do planalto de Viçosa, MG.** (Dissertação de Mestrado) Solos e Nutrição de Plantas, 1984. Viçosa: UFV, 1984.

CZERESNIA, D. O conceito de saúde e a diferença entre prevenção e promoção. In: CZERESNIA, D.; FREITAS, C. M. de (Orgs.). **Promoção da Saúde: conceitos, reflexões, tendências.** Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2003. p. 39-53.

D'AMATO, C.; TORRES, J.P.M.; MALM, O. DDT (Dicloro Difenil Tricloroetano): Toxicidade e contaminação ambiental – uma revisão. **Química Nova**, 25: 995-1002, 2002.

DA MATTA, R. Sobre o simbolismo da comida no Brasil. **O Correio da Unesco**, Rio de Janeiro, v.15(7) p. 22-23, 1987.

DEAN, W. **A ferro e fogo: a história e a devastação da mata atlântica brasileira.** São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

DE SCHUTTER, O. **Organização das Nações Unidas – ONU:** Informes do Relator Especial sobre direito à alimentação. Disponível em <http://www.srfood.org.br>. Acesso em 14 de abril de 2012.

DEMO, P. **Metodologia científica em Ciências Sociais.** 2 ed. São Paulo: Atlas: 1989. Ed. São Paulo: Gaia, 2010.

DOLLFUS, O. **O Espaço Geográfico.** São Paulo: Difel, 1972.

ELLIS, F. Household strategies and rural livelihood diversification. **The Journal of Development Studies**; Oct 1998; 35, 1; ABI/INFORM Global.

EHLERS, E. **Agricultura Sustentável: origens e perspectivas de um novo paradigma.** Guaíba: Agropecuária, 1999.

EVANS, P. **A tríplice aliança: as multinacionais, as estatais e o capital nacional no desenvolvimento dependente brasileiro.** Rio de Janeiro: Zahar. 1980.

FALEIROS, V. P. Fome, pobreza e exclusão social: desafios para o governo e a sociedade. **Ser Social**, Brasília, n. 13, p. 109-130, jul./dez. 2003.

FERRARI, E. **A Agricultura familiar camponesa, agroecologia e estratégias de reprodução socioeconômica.** Dissertação de Mestrado. UFV. 2010.

_____. Desenvolvimento da agricultura familiar: a experiência do CTA-ZM. In: ÁLVARES, V. V. H.; FONTES, L. E. F.; FONTES, M. P. F. (Eds.). **O solo nos grandes domínios morfoclimáticos do Brasil e o desenvolvimento sustentado**. Viçosa: SBCS/UFV, 1996. p.233-250.

FRANCO, F. S. **Sistemas agroflorestais: uma contribuição para a conservação dos recursos naturais na Zona da Mata de Minas Gerais**. Tese de Doutorado. UFV. 2000.

FREIRE, P. *Pedagogia da Esperança*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1992.

FREITAS, M. C. S. Educação Nutricional: aspectos socioculturais- In: Anais do XIV **Congresso Brasileiro de Nutrição- CONBRAN-** Belo Horizonte. 1996. pp. 1-4.

GALEAZZI, M. A. M. (Org.) **Segurança alimentar e cidadania**. Campinas, SP: Mercado de Letras, 1996.

GAZOLLA, M. **Agricultura familiar, segurança alimentar e políticas públicas: uma análise a partir da produção para autoconsumo no território do Alto Uruguai/RS**. Dissertação de Mestrado. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2004.

GIOVANINI, R. R.; MATOS, R. E. S. Geohistória Econômica da Zona da Mata Mineira. In: **Seminário Sobre a Economia Mineira**. Diamantina. Anais. Belo Horizonte: CEDEPLAR / UFMG, 2004.

GLIESSMAN, S. R. **Agroecologia: Processos ecológicos em agricultura sustentável**. 3a Ed. Porto Alegre. Editora da UFRGS, 2008.

GOMES, J. C. C. Pluralismo epistemológico e metodológico como base para o paradigma ecológico. **Ciência & Ambiente**, Santa Maria, v. 14, n. 27, p. 121-132, jul./dez., 2003.

_____. Bases Epistemológicas da Agroecologia. IN **Agroecologia: Princípios e Técnicas para uma agricultura orgânica sustentável**. AQUINO, Adriana Maria de; ASSIS, Renato Linhares de. (Ed. téc.) 1a Ed. Brasília, DF. Embrapa Informação Tecnológica, 2005.

GONZALES, R. S. O Método Comparativo e a Ciência Política. **Revista de Estudos e Pesquisas sobre as Américas**, Vol. 2, Nº 1, Janeiro-Junho, p. (2008).

GUIMARÃES, R.T. Desenvolvimento da cafeicultura de montanha. In: ÁLVARES, V. V. H.; FONTES, L. E. F.; FONTES, M. P. F. (Eds.). **O solo nos grandes domínios morfoclimáticos do Brasil e o desenvolvimento sustentado**. Viçosa: SBCS/UFV, 1996. p.251-259.

HEBINCK, P. Et al. Investigating rural livelihoods and landscapes in Guquka and Koloni: an introduction. In: HEBINK, P., LENT, P. C. (Ed). **Livelihoods and Landscapes**. Leiden/Boston, 2007.

HESPANHOL, R. A. M. Agroecologia: limites e perspectivas. In: Adilson Francelino Alves, Beatriz Rodrigues Carrijo, Luciano Zanetti Pessoa. (Orgs) **Desenvolvimento Territorial e Agroecologia**. São Paulo: Expressão Popular, 2008, p 117-136.

HOFFMANN, R. Pobreza, insegurança alimentar e desnutrição no Brasil. In. **IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003 – Análise da Disponibilidade de Alimentos e do Estado Nutricional no Brasil**. Rio de Janeiro, 2004.

IBGE. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios - Segurança Alimentar**, 2004. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/>>. Acesso em: 26 maio 2010.

INGLATERRA. Ministério para o Desenvolvimento Internacional (DFID). **Manual de Orientação sobre Meios de Vida Sustentáveis**. Disponível em <http://community.eldis.org/.59c21877/PO-GS3.pdf>. Acesso em 13 de maio de 2012.

KHATOUNIAN, C. A. **A reconstrução ecológica da agricultura**. Botucatu: Agroecológica, 2001.

KOSIK, K. **Dialética do concreto**. 2. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1995.

LADEIRA, K. F.; LORETO, M. D. S.; SILVA, N. M.; FOGAÇA, A. Estratégias de conciliação e os fatores associados à dupla jornada do trabalho feminino. **Oikos**, Viçosa, MG, v. 14, n. 1, p. 33-45, 2003

LIMA, J. H. **Café e indústria em Minas Gerais (1870 – 1920)**. Petrópolis: Vozes, 1981.

LOPES, E. S., MOTA, D.M. da, SILVA, T.E.M. da (Orgs.). **Ensaio – desenvolvimento Rural e Transformações na Agricultura**. Sergipe: Embrapa Tabuleiros Costeiros – Universidade Federal de Sergipe, 2002.

MADELEY, J. **O comércio da fome**. Tradução de Ricardo A. Rosenbusch. Petrópolis: Vozes, 2003.

MAGALHÃES LIMA, D. **O Caboclo Amazonense**: um Estudo de Antropologia Econômica na Microrregião Solimões-Japurá. Departamento de História e Antropologia, UFPa. Manuscrito. 1987.

MALUF, R. S. J. **Segurança Alimentar e Nutricional**. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

MALUF, R., MENEZES, F., VALENTE, F.L. **Contribuição ao Tema da Segurança Alimentar no Brasil**. Revista Cadernos de Debate Vol. IV / 1996. Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação da UNICAMP, páginas 66-88.

MARTINE, G. **Fases e faces da modernização agrícola brasileira**. Brasília: IPLA/IPEA, 1989.

MAXIMIANO, L. A. **Considerações sobre o conceito de paisagem**. Revista. RA'E GA, Curitiba, n. 8, p. 83-91, 2004. Editora UFPR.

MAZZETTO, C. S. **Sustentabilidade e Segurança Alimentar**. Programa de Segurança Alimentar e Nutricional em Assentamentos de Reforma Agrária do Estado de Minas Gerais, Belo Horizonte, p. 24-25, 2003.

MINAS GERAIS. **Política Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável**. Lei 15.982 de 19 de Janeiro de 2006. Disponível em: www.consea.mg.gov.br. Acesso em 10/07/2010.

MINAYO, M.C.S. **O desafio do conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: Hucitec; 1992.

MONTEIRO, C. A. **A dimensão da pobreza, da desnutrição e da fome no Brasil**. Estudos Avançados vol.17 no. 48. Maio/Agosto. São Paulo: 2003.

NORGAARD, R. B. A base epistemológica da Agroecologia. In: ALTIERI, M. A. (ed.). **Agroecologia: as bases científicas da agricultura alternativa**. Rio de Janeiro: PTA/FASE, 1989. p.42-48.

OLIVEIRA, E. P. de. **A importância do café na formação da renda agrícola na Zona da Mata, Minas Gerais**. 1985. (Dissertação de Mestrado) Departamento de Economia Rural. 1985.

PASSOS, M. M. A Conceituação da Paisagem. In: **Formação**, Presidente Prudente, nº7, 2000. p. 131- 141.

PELAEZ, V. Monitoramento do Mercado de Agrotóxicos. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/c4bdf280474591ae99b1dd3fbc4c6735/estudo_monitoramento.pdf?MOD=AJPERES. Acesso em: 12 de outubro de 2012.

PEREIRA, E.Q. As contribuições da agroecologia para a construção de uma outra assistência técnica e extensão rural. In: Elimar Pinheiro do Nascimento, Alfredo Pena-Vega, Márcio Élcio da Silveira. (Orgs) **Interdisciplinaridade e Universidade no Século XXI**. Brasília: Editorial Abaré, 2008, p 181-195.

PERONDI, M.A. **Diversificação dos Meios de Vida e mercantilização da agricultura familiar**. Tese de Doutorado em Desenvolvimento Rural, PGDR. UFRGS. Porto Alegre. 2007.

PINHEIRO, G. S. R. **Agricultor familiar e projeto agroecológico de vida**. Dissertação de Mestrado. UFPR. 2004.

POUBEL, R. O. **Hábitos Alimentares, Nutrição e Sustentabilidade: Agroflorestas sucessionais como estratégia na Agricultura Familiar**. 2006. Dissertação (Mestrado em Políticas e Gestão Ambiental) Universidade de Brasília, Centro de Desenvolvimento Sustentável. Brasília, 2006. Disponível em: http://www.agrofloresta.net/artigos/tese_rafael_poubel.pdf. Acesso em: 21/09/2010.

POULAIN, J.P., PROENÇA, R.P.C. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. **Revista de Nutrição**. 2003; 16(3): 245-56.

PROJETO FOME ZERO. São Paulo: **Instituto Cidadania**. Versão n. 03. 2001. Disponível em: <http://www.icidadania.org.br>. Acesso em 15 de setembro de 2009.

RESENDE, S. B. de; RESENDE, M. Solos dos Mares de Morros: ocupação e uso. In: ALVARES, V. H. V. e al., (Org.). **O solo nos grandes domínios morfoclimáticos do Brasil e o desenvolvimento sustentado**. Viçosa, MG: SBCS, 1996. p.261-288.

SAHLINS, M. **Cultura e razão prática**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2003.

SANTOS, M. Sociedade e espaço: a formação social como teoria e método. In: SANTOS, M. **Espaço e sociedade**. Petrópolis/RJ, Vozes, 1979.

SCHAMA, S. **Paisagem e memória**. Paulo: Companhia das Letras, 1996.

SCHNEIDER, S. *et al.* **Políticas Públicas e Participação Social no Brasil Rural**. 2ª Edição. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

SCHNEIDER, S. **Pluriatividade na Agricultura Familiar**. Porto Alegre: Editora da UFRGS. 2003.

SERRA, G.M.A. **Saúde e nutrição na adolescência: o discurso sobre dietas na Revista Capricho**. Dissertação de Mestrado. Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública; 2001.

SELLTIZ, C.; WRIGHTSMAN, L. COOK, S. **Métodos de pesquisa nas relações sociais**. São Paulo: E.P.U, v. 3, 1987.

SEVILLA GUZMÁN, E. Origem, evolução e perspectivas do desenvolvimento sustentável. In AL-MEIDA, J.; NAVARRO, Z. (Orgs.). **Reconstruindo a agricultura: ideias e ideais na perspectiva de um desenvolvimento rural sustentável**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 1997.

SILIPRANDI, E. **É possível garantir a soberania de todos os povos no mundo de hoje?** Porto Alegre: Revista de Agroecologia e Desenvolvimento Rural Sustentável, Vol.2, n.4, 2001.

SOUZA, H. et al. 2010. Selection of native trees for intercropping with coffee in the Atlantic Rainforest biome. **Agroforestry systems**, 80:1-16.

SOUZA, H.N. 2006. **Sistematização da experiência participativa com Sistemas Agroflorestais: rumo à sustentabilidade da agricultura familiar na Zona da Mata mineira**. Tese (Mestrado) - Universidade Federal de Viçosa.

THIOLLENT, M. JM. **Metodologia da pesquisa-ação**. 13. ed. São Paulo: Cortez, 2004.

VALENTE, F. **“Do combate à Fome à Segurança Alimentar e Nutricional: o Direito à Alimentação Adequada”**. R. Nutr. PUCCAMP, Campinas. 10 (1): 20-36, jan-jun, 1997.

_____. **O Direito Humano à Alimentação**; Cortez, 2002.

_____. “Segurança Alimentar e Nutricional: transformando natureza em gente” in: VALENTE, F. L. S. **Direito Humano à Alimentação – desafios e conquistas**. 1ª ed. São Paulo: Cortez Editora, 2002. p. 103-136.

VALVERDE, O. Estudo Regional da Zona da Mata, de Minas Gerais. **Revista Brasileira de Geografia**. Ano XX - Janeiro-Março de 1958 - Nº 1.

WANDERLEY, M. N. B. **O mundo rural como espaço de vida: reflexões sobre a propriedade da terra, agricultura familiar e ruralidade**. Porto Alegre: Ed. UFRGS, 2009.

WEID, J.M von der. **A trajetória das abordagens participativas para o desenvolvimento na prática das ONGs no Brasil**. Rio de Janeiro, AS-PTA, 1997. (Textos para debate, 57).

_____. **Qual estratégia para o desenvolvimento rural?** In: José Graziano, Jean Marc e Bianchini debatem o Brasil rural precisa de uma estratégia de desenvolvimento. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Agrário. Textos para Discussão N. 2/MDA/Nead/CNDRS, 2001.

WOLF, E. **Sociedades Camponesas**. Zahar Editores: Rio de Janeiro, 2ª Edição. Curso de Antropologia Moderna, 1976.

WOORTMANN, E.F, WOORTMANN, K. **O trabalho da terra**: a lógica e a simbólica da lavoura camponesa. Brasília: UnB; 1997.

WOORTMANN, K. **A comida, a família e a construção do gênero feminino**. Dados. 1986; 29 (1): 103-130.

_____. “Com parente não se negueia”: o campesinato como ordem moral. In: **Anuário Antropológico**. Editora da UnB: Brasília – DF, N. 87, p 11-73, 1990.

_____. O sentido simbólico das práticas alimentares. In: **Congresso Brasileiro de Gastronomia e Segurança Alimentar**. Brasília: Coletânea de Palestras. Brasília: UNB, 2004. p. 1-43

ZALUAR, A. **A Máquina e a Revolta**: as organizações populares e o significado da pobreza. São Paulo: Brasiliense, 1985.

World Bank. Worl Development Report 2008. **Agriculture for Development**. Washington, DC. 2007.

ANEXO A

ROTEIRO PARA A COLETA DE DADOS NAS COMUNIDADES RURAIS

1- Dados de identificação

1.1 Família: _____

1.2 Localidade: _____

1.3 Distância da propriedade à sede do município: _____ Km

1.4 Tamanho da propriedade: _____ ha

1.5 Quanto tempo estão na propriedade: _____ anos

1.6 A terra é: __própria __alugada (especificar o valor) __meeiro __outros: _____

1.7 Forma de aquisição da terra: (herança, crédito fundiário, conquista da terra).

2- Nível de escolaridade

Membros	Nível Informal		Nível de escolaridade formal						
	Lê e escreve		Concluído				Cursando		
	Sim	Não	1ºG	2ºG	3ºG	outro	curso	nível	série
Pai:									
Mãe:									
Filhos:									
Outros dependentes									

3- COMPOSIÇÃO FAMILIAR E FORÇA DE TRABALHO

MEMBROS	IDADE	COR	SEXO	EST. CIVIL	FORÇA DE TRABALHO				
					INTERNA		EXTERNA		
					Tipo ativ.	Nº de horas	Tipo ativ.	Nº de horas	Salário (R\$)

4- Vocês contratam força de trabalho Externa? Se sim, quantas pessoas e o quanto é gasto anualmente com esta atividade?

5- Poderia falar sobre o tempo em que você era criança...

6- O que tem muito tempo que você não come e que tem muita vontade de comer? Por quê?

7- Como você descreveria a paisagem que tinha perto da casa em que viveu quando criança, para uma pessoa que não viveu em sua época?

8- Que alimentos vocês produziam?

9- Como eram produzidos?

10- Como eram guardados?

11- Como eram preparados?

12- O que você mais gostava de comer? E hoje?

13- O que vem à mente quando você pensa em comida?

14- E alimento?

15- Isso é importante para você? Como é isso?

16- Quando você ouviu falar sobre agroecologia pela primeira vez?

- 17- Onde você estava?
- 18- Naquele dia o que você pensou sobre isto?
- 19- Você poderia falar um pouco mais sobre como é produzir, viver e consumir de maneira agroecológica?
- 20- Aqui em seu município é comum as pessoas produzirem seguindo as orientações da agroecologia?
- 21- Por quê?
- 22- O que você falaria para uma pessoa que ainda não pratica a agroecologia?
- 23- Quando você ouviu falar sobre segurança alimentar e nutricional sustentável pela primeira vez?
- 24- Onde você estava?
- 25- O que isto significa para a sua vida?
- 26- Quando você ouviu falar sobre soberania alimentar pela primeira vez?
- 27- Onde você estava?
- 28- Você acha que você realmente pode decidir sobre o que plantar?
- 29- E como você escolhe os alimentos que vai comer?

Nós conversamos sobre muitos assuntos interessantes, há algo mais que gostaria de falar?

REGISTRO DOS ALIMENTOS CONSUMIDOS DURANTE A IMERSÃO NAS RESIDÊNCIAS
(UM REGISTRO PARA CADA DIA)

[illegible]

REGISTRO DOS ALIMENTOS OBSERVADOS NA PROPRIEDADE E QUE NÃO FORAM
CONSUMIDOS DURANTE A VISITA

[illegible]

ANEXO B



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS-CEPH

Campus Universitário - Divisão de Saúde - Viçosa, MG - 36570-000 - Telefone: (31) 3899-3783

Of. Ref. Nº 082/2012/CEPH

Viçosa, 27 de junho de 2012

Prezada Professora:

Cientificamos Vossa Senhoria de que o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, em sua 3ª Reunião de 2012, realizada nesta data, analisou e aprovou, sob o aspecto ético, o projeto intitulado "*Meios de vida e produção de alimentos: quando a paisagem diversifica, o prato fica colorido*".

Atenciosamente,

Professora Patrícia Aurélio Del Nero

Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos-CEPH
Presidente

À Professora
Maria Izabel Vieira Botelho
Departamento de Economia Rural

18/10/2013

ANEXO C



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS
DEPARTAMENTO DE ECONOMIA RURAL
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EXTENSÃO RURAL
MESTRADO EM EXTENSÃO RURAL**

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Após ser esclarecido(a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável.

Fica garantido o sigilo das informações. Em caso de recusa você não será penalizado(a) de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: Meios de Vida e Produção de Alimentos: Quando a Paisagem Diversifica, o Prato Fica Colorido.

Pesquisador Responsável: Maria Izabel Vieira Botelho

Telefone: (31) 3899-1310

Pesquisadora participante: Regina Rodrigues de Oliveira

Telefone: (31) 9715-1311

O objetivo desta pesquisa é compreender as relações entre as atuais práticas alimentares, as mudanças processadas ao longo dos anos e os manejos agroecológicos, bem como os possíveis impactos na Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Para compreender estas relações serão utilizadas metodologias qualitativas e técnicas participativas como observação participante, caminhadas e entrevistas com pessoas das comunidades rurais de Divino e Acaiaca. Assim, você está sendo convidado (a) a responder o roteiro anexo a este Termo e contribuir para as informações necessárias nesta pesquisa.

Maria Izabel Vieira Botelho

Regina Rodrigues de Oliveira

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, _____, abaixo assinado, concordo em participar do estudo Meios de Vida e Produção de Alimentos: Quando a Paisagem Diversifica, o Prato Fica Colorido, como sujeito. Fui devidamente informado e esclarecido pela pesquisadora REGINA RODRIGUES DE OLIVEIRA sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos. Foi-me garantido o sigilo das informações e que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve à qualquer penalidade.

Local e data _____/_____/_____/_____/_____

Nome: _____

Assinatura do sujeito ou responsável: _____

ANEXO D

RECEITA: Broa de Arroz

COMUNIDADE: Vargem Grande de Cima/ Divino

NOME DA AGRICULTORA: Maria Eliete Costa Ferreira Rufino

Eliete aprendeu a fazer esta receita com a avó materna, que por sua vez aprendeu com a mãe, bisavó da Eliete. Nesta broa apenas o arroz é comprado, todos os demais ingredientes são produzidos pela família, inclusive o agente de crescimento que é um fermento natural feito com fubá e leite. Esta mistura fica fermentado por vários dias, no inverno vinte dias; no verão em torno de dez dias. As broas são assadas em folhas de bananeira. Todos da casa ajudam a confeccionar as forminhas, desta forma toda a família está se apropriando do preparo. A Eliete pesa todos os ingredientes e a produção final, assim ela tem uma receita padronizada e sabe exatamente por quanto vender.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Inhame	1000	10 xícaras de chá
Batata doce	1000	10 xícaras de chá
Mandioca	1000	10 xícaras de chá
Açúcar	2000	15 xícaras de chá bem cheias
Arroz cru moído	2400	2 litros
Água	2000	2 litros
Gordura de porco	1000	1 litro
Sal	10	1 colher de sobremesa rasa
Fubá	360	3 copos americanos
Leite	500	0,5 litro

Modo de preparo: cozinhar a mandioca, a batata e o inhame. Moer ou passar na peneira, tem que ficar fininho. Adicionar o fermento, o açúcar, a água, a gordura de porco derretida, o sal e por último a farinha de arroz. Tem que ficar uma massa molinha. Depois que amassar deixar crescer novamente de um dia para o outro. Colocar nas forminhas e assar em forno quente. Atenção: quando passar a concha para encher as forminhas a massa tem que estar rendadinha.

Para o fermento: misturar o leite e com os 3 copos de fubá e deixar fermentar em vasilha tampada por 10 a 20 dias.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 40 g (1 Fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	174 kcal = 731 Kj	9
Carboidratos	29 g	10
Proteínas	1.5 g	2
Gorduras Totais	5.9 g	11
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	2.3 g	10
Fibra Alimentar	0.8 g	3
Sódio	27 mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO E

RECEITA: Doce de Leite em pasta

COMUNIDADE: Alves/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Selma Ney Vítor da Silva

O doce de leite da Selma era tão famoso que ela começou a receber encomendas. Incentivada pelos amigos ela começou a fazer para vender. Com as vendas do doce de leite outros doces foram surgindo. Percebendo que outras mulheres na comunidade também faziam doces, elas se organizaram numa Associação, que atualmente está registrada e já recebeu apoio financeiro de organizações externas.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Leite integral	10000	10 litros
Açúcar cristal	3000	3 litros
Bicarbonato de sódio	05	1 colher de café

Modo de preparo: misturar todos os ingredientes e levar ao fogo, mexendo sempre. Não utilizar colher de alumínio no alumínio pois o doce ficará azul. Quando o leite ferver, abaixar o fogo e mexer constantemente até aparecer o fundo da panela. Colocar a panela para esfriar em uma vasilha com água (se tiver gelo, pode colocar na água). Colocar nos potes bem limpos, tampar e guardar em temperatura ambiente. Depois de aberto, guardar em geladeira.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
* (porção de 20 gramas) 1/2 colher de sopa		
Quantidade por porção		% valor diário*
Valor calórico	74 kcal-311 kj	4
Carboidratos	11 g	3
Proteínas	2 g	3
Gorduras totais	1,5 g	3
Gorduras saturadas	0,5 g	2
Colesterol	7 mg	2
Gorduras trans	Zero	**
Fibra alimentar	Zero	0
Sódio	20 mg	1
Cálcio	49 mg	5
Ferro	0,13 mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO F

RECEITA: Broa de Abóbora

COMUNIDADE: Vargem Grande de Baixo/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Luciana Andrade Silva

A Luciana desenvolveu a receita desta broa, junto com o grupo de quitandeiras Dom Divino. Além de produzir para o consumo da família ela comercializa em vários espaços: Sindicato de Trabalhadores Rurais, nos encontros das comunidades e na feira. É uma boa opção para os lanches, pois é barata, nutritiva e com poucos produtos comprados fora.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Fubá	450	3 xícaras
Abóbora crua ralada	250	2,5 xícaras
Ovos	150	3 unidades
Açúcar mascavo ou rapadura	260	2 xícaras
Óleo	200	1 xícara
Sal	05	1 colher de café
Bicarbonato de sódio	05	1 colher de café

Modo de preparo: amassar tudo e assar em forno moderado. A abóbora pode ser ralada em ralo grosso. Se quiser pode colocar amendoim torrado e moído.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 40 g (1 Fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	207 kcal = 869 Kj	10
Carboidratos	27 g	9
Proteínas	2.9 g	4
Gorduras Totais	9.8 g	18
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0 g	1
Fibra Alimentar	0 g	0
Sódio	152 mg	6

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO G

RECEITA: Rosquinha de Nata

COMUNIDADE: Vargem Grande de Baixo/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Elza Laureano de Souza

Esta receita é muito apreciada na comunidade. Acompanhei o preparo de uma receita, é fácil de preparar, fica gostosa e aproveita a nata produzida na propriedade. Este biscoito está sendo comercializado para o PNAE. Todos os ingredientes foram pesados.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Nata	500	Meio litro
Farinha de trigo com fermento	1000	6,5 xícaras de chá cheias
Açúcar	200	1,5 xícara de chá
Ovos	150	3 unidades médias

Modo de preparo: bater os ovos com o açúcar, acrescentar a nata, ir adicionando a farinha até o ponto de enrolar.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 30 g (2 Unidade)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	196 kcal = 823 Kj	10
Carboidratos	22 g	7
Proteínas	2.7 g	4
Gorduras Totais	11 g	20
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	6.1 g	28
Fibra Alimentar	0.6 g	2
Sódio	5.8 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

Contém glúten.

ANEXO H

RECEITA: Pão de Abóbora (pode substituir a abóbora por mandioca, batata, cenoura)

COMUNIDADE: Vargem Grande de Baixo/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Laurita Ferreira Correa

Dona Laurita tem vários filhos, então tem que ter sempre alguma quitanda para os lanches e desjejuns. Esta receita de pão é bem nutritiva e a família adora! A receita fica mais cara por causa da farinha de trigo. Laurita utiliza o fermento granulado, pois conserva por mais tempo e não precisa ficar comprando sempre.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Abóbora cozida e amassada	300	3 xícaras
Farinha de trigo	1500	10 xícaras de chá
Açúcar	20	2 colheres de sopa
Ovos	100	2 unidades médias
Fermento biológico granulado	40	2 colheres de sopa
Óleo	80	10 colheres
Sal	10	1 colher de café
Leite morno	200	1 xícara

Modo de preparo: Misturar o açúcar, o leite, o sal e o fermento. Acrescentar o restante dos ingredientes, sovar bem. Deixar descansar de 15 minutos a meia hora em uma vasilha tampada. Após esse período, enrole os pães e os deixe crescer por aproximadamente 1 hora (até que estejam com aproximadamente o dobro do tamanho original). Assar em forno pré-aquecido até dourarem.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50 g (1 Unidade)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	208 kcal = 874 Kj	10
Carboidratos	38 g	13
Proteínas	5.5 g	7
Gorduras Totais	3.8 g	7
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0 g	1
Fibra Alimentar	1.3 g	5
Sódio	6.0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

Contém glúten.

ANEXO I

RECEITA: Farofa doce de queijo e ovo

COMUNIDADE: Carangolinha de Cima/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Renata de Souza Gomes

Esta receita foi citada, pela Renata, como uma de suas comidas preferidas. É utilizada para lanches ou desjejum. Pelos relatos, foi citada como um alimento bastante consumido pelas famílias que fabricavam queijo. Pode substituir a manteiga por óleo ou gordura de porco.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
2 ovos levemente batidos	100	2 unidades médias
Queijo minas	100	1 fatia grande
Açúcar	40	4 colheres de sopa
Farinha de milho	100	1 xícara
Manteiga de leite	14	2 colheres de sopa

Modo de preparo: Frita-se os ovos, na manteiga, mistura o queijo e acrescenta o açúcar e a farinha. Comer quente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50 g (3,5 Colher de sopa)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	163 kcal = 685 Kj	8
Carboidratos	19 g	6
Proteínas	5.8 g	8
Gorduras Totais	7.1 g	13
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	3.5 g	16
Fibra Alimentar	1.1 g	4
Sódio	40 mg	2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO J

RECEITA: Broa de Fubá com Amendoim

COMUNIDADE: Teixeira/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Elzira Couto de Amorim

Esta receita está há vários anos na família da Dona Elzira, é do tempo em que só utilizavam rapadura. A Renata, filha da Dona Elzira tem vendido esta broa. Para o preparo compram a rapadura, no mercado da associação, o óleo e o bicarbonato.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Rapadura derretida	700	1 unidade
Fubá	1000	2 pratos
Amendoim torrado	500	Meio litro
Leite	500	Meio litro
Óleo	50	1 xícara de café
Ovos	250	5 unidades médias
Sal	05 gramas	1 colher de café
Bicarbonato de sódio	05 gramas	1 colher de café

Modo de preparo: Derreta a rapadura e espere esfriar. Bata bem os ovos, misture todos os ingredientes, colocando o fubá aos poucos. Bata bem e asse em forno quente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 40 g (1 Fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	198 kcal = 832 Kj	10
Carboidratos	30 g	10
Proteínas	4.4 g	6
Gorduras Totais	6.8 g	12
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	1.2 g	5
Fibra Alimentar	2.1 g	8
Sódio	86 mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO K

RECEITA: Vinagrete

COMUNIDADE: Serra dos Delfinos/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Gisadrielle Domiciana de Amorim

O vinagrete foi citado como uma das comidas preferidas pela Gisadrielle (12). Ao preparar o vinagrete ela retira todas as sementes do tomatinho e coloca na composteira, que é para futuramente nascer muitos pés, pois toda a família adora tomatinhos. Nesta receita a família só compra o sal. Quando tem pimentão, cultivado pela família, ela prepara o vinagrete todos os dias.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Tomatinho	250	1 prato fundo cheio
Pimentão	180	3 unidades médias
Cebola	190	02 unidades médias
Limão	30	2 colheres de sopa
Sal	10 gramas	1 colher de sobremesa rasa

Modo de preparo: retirar as sementes dos tomatinhos. Picar todos os ingredientes e adicionar o suco de limão e o sal, misturar e servir.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 45 g (4,5 Colheres de sopa)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	14 kcal = 58.80 Kj	1
Carboidratos	2.8 g	1
Proteínas	0 g	1
Gorduras Totais	0.1 g	0
Gorduras Saturadas	0 g	0
Fibra Alimentar	0 g	2
Sódio	0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO L

RECEITA: Sopa de Galinha

COMUNIDADE: Teixeira/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Lúcia Helena de Souza Vieira

Esta é uma receita, da Lúcia, que está presente nos aniversários e outros momentos festivos. A Lúcia conta que o segredo da sua sopa ficar gostosa é que ela usa só farinha de milho de pilão e que a farinha não vai ao fogo.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Galinha caipira gorda	3000	1 galinha grande
Farinha de milho	300	1 prato fundo cheio
Alho	50	1 cabeça média
Sal	20 gramas	1 colher de sopa rasa

Modo de preparo: Limpar bem a galinha. Retirar toda a gordura da galinha, temperar com sal. Picar a gordura em cubos bem pequenos. Fritar a gordura da galinha. Não precisa colocar óleo, fritar com a própria gordura da galinha. Refogar o alho em cubos pequenos ou amassado. Adicionar a galinha. Deixar refogar até apurar (reduzir toda a água). Adicionar em torno de 2 litros de água e deixar cozinhar, sempre adicionando mais água. Não deixar a galinha derreter. Pegar o caldo fervente e adicionar em cima da farinha, mexer bem. Servir com um pedaço de carne.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 200 g (1 Prato fundo)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	335 kcal = 1407 Kj	17
Carboidratos	9.8 g	3
Proteínas	23 g	31
Gorduras Totais	23 g	42
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0 g	0
Fibra Alimentar	0.9 g	4
Sódio	11 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO M

RECEITA: Broa de banana nanica
 COMUNIDADE: Bom Jesus/Divino
 NOME DA AGRICULTORA: Glaucirene de Souza Abreu

Em todas as lavouras de café, visitadas em Divino, as bananeiras estavam presentes, e foi uma das frutas mais consumidas. Esta receita de broa com banana é gostosa e de baixo custo para os agricultores, pois, a maioria dos ingredientes eles produzem.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Banana nanica	1440	12 unidades grandes
Fubá	450	3 xícaras de chá
Ovos caipira	200	4 unidades médias
Rapadura	400	Meia unidade
Óleo	250	1 xícara de chá
Sal	05	1 colher de café
Bicarbonato de sódio	05	1 colher de café

Modo de preparo: Bater os ovos, óleo e a rapadura derretida (temperatura ambiente), bater bastante até ficar cremoso. Em seguida adicionar o fubá e o sal e bater bem. Por último acrescente o bicarbonato e mexa cuidadosamente para que o bicarbonato se dissolva bem na massa. Coloque uma parte da massa em tabuleiro untado. Acrescente as bananas partidas ao meio. Despeje o resto da massa e decore com rodela de banana. Se quiser pode polvilhar canela. Assar em forno a temperatura média.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 40 g (1 Fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	148 kcal = 622 Kj	7
Carboidratos	22 g	7
Proteínas	1.7 g	2
Gorduras Totais	6.1 g	11
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0.9 g	4
Fibra Alimentar	1.5 g	6
Sódio	32 mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO N

RECEITA: Banana verde ensopada (Mingau de Banana)

COMUNIDADE: Vargem Grande Trevo/Divino

NOME DA AGRICULTORA: Rosane Ventura Real

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Banana nanica verde	800	8 bananas médias
Suã de porco com osso	400	8 pedaços médios
Óleo de girassol	10	1 colher de sopa
Salsa	60	1 punhado
Sal	10 gramas	1 colher de sobremesa rasa
Alho	30	3 dentes médios
Água	1000	1 litro

Modo de preparo: refogar o alho amassado, com sal, no óleo. Colocar a água e deixar levantar fervura. Descascar as bananas e ir picando em rodela direto na panela. Acrescentar a suã. Deixar cozinhar até a banana começar a derreter. Retirar a panela do fogo e acrescentar a salsa.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 200 g (1 Prato fundo)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	252 kcal = 1058 Kj	13
Carboidratos	28 g	9
Proteínas	14 g	19
Gorduras Totais	9.1 g	17
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	3.5 g	16
Fibra Alimentar	2.2 g	9
Sódio	31 mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO O

RECEITA: Biscoito de Polvilho

COMUNIDADE: Serra dos Carolas

NOME DA AGRICULTORA: Joseane Aparecida Simões da Silva

Atualmente a Joseane prepara poucas quitandas, mas o biscoito de polvilho é muito apreciado pela filha.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Polvilho	1000	2 pratos
Leite integral	200	1 copo americano
Óleo	200	1 copo americano
Água	200	1 copo americano
Ovos	200	4 unidades médias
Sal	10 gramas	1 colher de sobremesa rasa

Modo de preparo: Ferver a água, o óleo e o sal. Escaldar o polvilho. Espere esfriar e coloque os ovos, misture bem, acrescente o leite até o ponto de colocar no saco, para fazer os biscoitos. Coloque em forma sem untar. Assar em forno bem quente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 30 g (3 Unidades)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	119 kcal = 500 Kj	6
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	0.8 g	1
Gorduras Totais	4.8 g	9
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0 g	0
Fibra Alimentar	0 g	0
Sódio	0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO P

RECEITA: Frango com quiabo

COMUNIDADE: Mata Cães/Acaiaca

NOME DA AGRICULTORA: Efigênia Tereza Marco

Na casa da Efigênia o consumo de carne está bem reduzido. No entanto, um franguinho com quiabo é muito apreciado. Durante a minha pesquisa, a Efigênia preparou um frango com quiabo na panela de pedra, feito no fogão à lenha que ficou uma delícia! A quantidade de salsa e cebolinha utilizada foi bem generosa, o que além de dar mais sabor à receita contribuiu para a oferta de nutrientes.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Frango caipira	750	Meio frango médio
Quiabo	500	1 prato fundo bem cheio
Óleo	20	1 colher de servir
Alho	60	4 dentes de alho
Salsa	100	1 maço
Cebolinha	100	1 maço
Água	1000	1 litro
Sal	15	1 colher de sopa rasa

Modo de preparo: Corte o frango, já limpo e escorrido, em pedaços pequenos. Tempere-o com sal e alho socado. Reserve. Numa panela de pedra untada com óleo refogue o frango e deixe fritar bem, mexendo sempre. Despeje água até cobrir o frango e cozinhe por 30 a 40 minutos. À parte, refogue o quiabo com o restante do óleo, depois de pronto adicione na panela do frango (já cozido) e deixe pegar gosto, em torno de 5 minutos. Salpique a salsinha e a cebolinha picadinha.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 120 g (1 Prato sobremesa)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	136 kcal = 571 Kj	7
Carboidratos	3.4 g	1
Proteínas	12 g	16
Gorduras Totais	8.3 g	15
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	2.0 g	9
Fibra Alimentar	0.9 g	4
Sódio	29 mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO Q

RECEITA: Farofa nutritiva

COMUNIDADE: Volta Grande/Acaiaca

NOME DA AGRICULTORA: Maria Cristina de Oliveira Matos

Esta receita a Cristina faz para incentivar os filhos e netos à consumir hortaliças. A receita aproveita todas as folhas de cenoura e beterraba. A casca da banana também é utilizada. Nesta receita a Cristina comprou as farinhas, o óleo e o sal.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Beterraba	280	2 unidades médias
Folhas de beterraba	120	Folhas das 2 beterrabas
Cenoura	300	2 unidades grandes
Folha de cenoura	140	Folhas das 2 cenouras
Banana caturra	300	3 unidades
Casca de banana	180	3 unidades
Farinha de milho	100	1 copo americano
Couve com os talos	200	4 folhas grandes
Óleo	50	1 concha média
Farinha de mandioca	300	2 xícaras de chá
Cebolinha	50	1 maço
Salsa	100	1 maço grande
Sal	15	1 colher de sopa rasa

Modo de preparo: Cozinhar os talos e a casca da banana, em seguida refogar as folhas com a cenoura e a beterraba raladas, acrescentar a banana e as farinhas. Se necessário colocar mais farinha.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50 g ou ml (3 1/2 Colher de sopa)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	79 kcal = 332 Kj	4
Carboidratos	14 g	5
Proteínas	1.1 g	1
Gorduras Totais	1.8 g	3
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0 g	0
Fibra Alimentar	1.7 g	7
Sódio	0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO R

RECEITA: Rosquinha de polvilho com fubá

COMUNIDADE: Hortinha

NOME DA AGRICULTORA: Madalena Carraro da Silva

Esta receita é deliciosa, nutritiva e conserva bem por mais de uma semana. É muito apreciada pela família.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Polvilho	720	1prato fundo bem cheio
Fubá	450	1prato fundo
Farinha de trigo	1000	6,5 xícaras de chá cheia
Açúcar	520	4 xícaras
Nata	500	2,5 xícaras de chá
Ovos	200	4 unidades médias
Sal	20 gramas	1 colher de sobremesa rasa
Fermento em pó químico	10 gramas	1 colher de sobremesa rasa
Sal amoníaco	05	1 colher de café

Modo de preparo: Misturar o polvilho, o fubá, o açúcar, o sal amoníaco, os ovos, a manteiga e sovar bem. Acrescentar o fermento em pó. Adicionar a farinha de trigo e ir sovando até o ponto de fazer as rosquinhas. Assar em forno quente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 30 g (3 Unidades)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	105 kcal = 441 Kj	5
Carboidratos	22 g	7
Proteínas	1.9 g	3
Gorduras Totais	1.1 g	2
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0.4 g	2
Fibra Alimentar	0.6 g	2
Sódio	0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO S

RECEITA: Requeijão

COMUNIDADE: Coqueiros/Acaiaca

NOME DA AGRICULTORA: Mary Vitória Delazzari

A Mary nasceu e viveu na cidade por muitos anos. Quando veio morar na roça quis aprender a fazer de tudo: plantar, cozinhar e viver como as pessoas da roça. E assim, logo que comprou suas vacas começou a fazer requeijão para vender. Seu requeijão está fazendo tanto sucesso que tem até fila de espera para vendas.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Leite integral	10000	10 litros
Nata de leite	1000	5 xícaras
Sal	10	1 colher de sobremesa

Modo de preparo: Pegar o leite cru e deixar coalhar por 2 a 3 dias. Vai depender do calor, quanto mais quente mais rápido. Retirar a nata a cada dia e guardar em geladeira. Colocar a coalhada para cozinhar em água. Escorrer usando uma peneira e pano. Voltar a massa para a panela e lavar por 3 a 4 vezes. Na última lavagem, utilizar leite. Este soro pode ser tomado, quente ou gelado. Depois de escorrido colocar a massa na panela com a nata e acrescentar sal. Colocar o requeijão em formas. Quando esfriar revestir com filme plástico. Guarde em geladeira.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 30 g (1 Fatia média)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	53 kcal = 223 Kj	3
Carboidratos	3.7 g	1
Proteínas	2.3 g	3
Gorduras Totais	3.2 g	6
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0.5 g	2
Fibra Alimentar	0 g	0
Sódio	0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO T

RECEITA: Mamão verde refogado

COMUNIDADE: Maracujá/Acaiaca

NOME DA AGRICULTORA: Marli Estevam da Silva Santos

No passado várias famílias comiam mamão verde refogado. Depois pararam de comer alguns pela falta do mamão e outros por achar que era “comida de pobre”. Com as reflexões sobre segurança alimentar e nutricional, o mamão retornou para o prato. Durante a pesquisa este alimento foi preparado em uma residência em Acaiaca e em outra em Divino.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Mamão verde	600	6 xícaras de chá
Gordura de porco	30	1 colher de sopa
Salsa	80	1 maço pequeno
Cebolinha	100	1 maço grande
Sal	10 gramas	1 colher de sobremesa rasa

Modo de preparo: Descascar o mamão, picar em cubinhos, lavar e refogar. Tampar e deixar cozinhar só com a própria água, em fogo baixo. Depois de pronto colocar cheiro verde.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 60 g (6 Colheres de sopa)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	31 kcal = 130 Kj	2
Carboidratos	3.5 g	1
Proteínas	0 g	1
Gorduras Totais	1.7 g	3
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0.6 g	3
Fibra Alimentar	0 g	1
Sódio	0 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

ANEXO U

RECEITA: Lobrobo com angu

COMUNIDADE: Maracujá/Acaiaca

NOME DA AGRICULTORA: Marlene Nicolau da Silva Chagas

O lobrobo voltou à mesa! E voltou ressignificado. Se antes era para “ajudar” no feijão, e motivo de vergonha para algumas famílias, atualmente significa alimento saudável! Essa ressignificação se deu, principalmente, após a comercialização para o PNAE. Antes as agricultoras pensavam que nem podia vender lobrobo, pois era coisa que dava sem ter que ficar cuidando. Agora, segundo os relatos comem toda semana.

Ingredientes	Quantidade (gramas)	Medida caseira
Lobrobo	500	4 maços
Fubá	450	3 xícaras de chá
Alho amassado	60	4 dentes médios
Gordura de porco	30	2 colheres de sopa
Sal	10	1 colher de sobremesa rasa

Modo de preparo: Dissolver o fubá na água e colocar para cozinhar, de preferência na panela de ferro. Mexer sempre para não formar bolinhas. Despejar numa travessa. Lavar folha por folha do lobrobo, picar e refogar na gordura quente com alho, comer com o angu.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 120 g ou ml (1 Prato raso)		
	Quantidade por Porção	%VD
Valor Energético	72 kcal = 302 Kj	4
Carboidratos	13 g	4
Proteínas	1.7 g	2
Gorduras Totais	1.6 g	3
Gorduras Trans	0 g	***
Gorduras Saturadas	0 g	0
Fibra Alimentar	1.3 g	5
Sódio	10 mg	0

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal, ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** não existe valor diário recomendado.

APÊNDICE

CALENDÁRIO AGROECOLÓGICO

Programa de Formação em Gênero e Agroecologia

Vendeu ou trocou

ABRIL

Consumiu ou deu

2 Kg de gilo

1 quilo de quiabo

1 quilo de gilo

6 quilo de banana

3 quilo de gilo

600 grama de quiabo

2 quilo de couve

10 melão de salcinha

2 melão de salcinha

4 melão de salcinha

17 quilo de couve

3 quilo de quiabo e gilo

1 quilo de quiabo

2 quilo de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

10 quilo de quiabo

1 melão de couve

maio 2010

5 melão de salcinha e couve

1 quilo de banana

600 grama de couve

1 quilo de gilo

1 melão de salcinha

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

1 melão de couve

4 quilo de laranja

6 unidade de quiabo

1 melão de quiabo

1 melão de quiabo

3 quilo de laranja

1 melão de salcinha

2 melão de couve

1 melão de couve

1 quilo de couve

1 melão de salcinha

2 quilo de laranja

1 quilo de quiabo

3 melão de salcinha

1 melão de couve

800 grama de gilo

800 grama de gilo

250 grama de quiabo

250 grama de gilo

2 quilo de granola

2 quilo de laranja

2 quilo de laranja

1 melão de couve

1 melão de couve

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

500 grama de quiabo e gilo

ABRIL						
D	S	T	Q	Q	S	S
4	5	6*	7	8	9	10
11	12	13	14*	15	16	17
18	19	20	21*	22	23	24
25	26	27	28*	29		