

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
FACULDADE DE MEDICINA  
CURSO DE NUTRIÇÃO

DAMARIS DE OLIVEIRA TOMÁS

**ALIMENTAÇÃO TRADICIONAL DA CULTURA KAINGANG: RECEITAS PARA A  
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

PORTO ALEGRE-RS

2024

DAMARIS DE OLIVEIRA TOMÁS

**ALIMENTAÇÃO TRADICIONAL DA CULTURA KAINGANG: RECEITAS PARA A  
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Nutrição da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como requisito parcial para a obtenção do título de bacharela em Nutrição.

Orientadora: Profa Dra. Eliziane Nicolodi Frencescato Ruiz

Coorientadora: Profa Dra. Luciana Dias de Oliveira

PORTO ALEGRE-RS

2024

### CIP - Catalogação na Publicação

De Oliveira Tomás , Damaris  
Alimentação tradicional da cultura Kaingang:  
Receitas para a alimentação escolar / Damaris De  
Oliveira Tomás . -- 2024.  
48 f.  
Orientadora: Eliziane Nicolodi Francescato Ruiz.

Coorientadora: Luciana Dias de Oliveira.

Trabalho de conclusã de curso (Graduação) --  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade  
de Medicina, Curso de Nutrição, Porto Alegre, BR-RS,  
2024.

1. Cultura alimentar Kaingang. 2. Cultura alimentar  
indígena. 3. Receitas tradicionais. 4. Alimentação  
escolar. 5. Etnia Kaingang . I. Nicolodi Francescato  
Ruiz, Eliziane, orient. II. Dias de Oliveira,  
Luciana, coorient. III. Título.

DAMARIS DE OLIVEIRA TOMÁS

**ALIMENTAÇÃO TRADICIONAL DA CULTURA KAINGANG: RECEITAS PARA A  
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Nutrição da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como requisito parcial para a obtenção do título de bacharela em Nutrição.

Aprovado em: 17 de dezembro 2024

COMISSÃO EXAMINADORA

---

Profª Drª. Vanuska Lima da Silva

Faculdade Medicina - UFRGS

---

Profª Drª. Mariane da Silva Dias

Faculdade Medicina - UFRGS

---

Profª Drª. Eliziane Nicolodi Francescato Ruiz (Orientadora)

Faculdade Medicina - UFRGS

---

Profª Drª. Luciana Dias de Oliveira (Coorientadora)

Faculdade Medicina - UFRGS

## RESUMO

O presente trabalho compreende primordialmente a divulgação da cultura indígena Kaingang, através de receitas tradicionais e suas formas de preparo. Seu objetivo geral é o desenvolvimento de um livro digital com receitas típicas Kaingang, seus ingredientes e formas de preparo, destinado à alimentação escolar indígena e demais públicos interessados na temática. Compreende-se, ainda, ressaltar a importância da cultura e, por conseguinte, o bem-estar e saúde desse povo, abordando também o esclarecimento de dúvidas dos não indígenas sobre a cultura alimentar típica dos Kaingang. A diversidade, tanto natural quanto cultural da cultura alimentar Kaingang, passada de geração a geração, até os dias atuais, está expressa nesse livro, que pretende ser uma ferramenta para divulgar e preservar os conhecimentos tradicionais. O desenvolvimento do material ocorreu a partir da experiência com a alimentação da própria pesquisadora, autodeclarada indígena Kaingang kamẽ, e da coleta de receitas por meio de entrevistas com mulheres Kaingang, que também disponibilizaram fotos. Outras receitas foram coletadas em sites que apresentam temas relacionados à cultura Kaingang. O livro apresenta uma introdução sobre a cultura Kaingang e seu modo de vida, além de reunir 17 receitas típicas com seus ingredientes e modo de preparo. Além das receitas, o material traz fichas técnicas de preparo, no formato recomendado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, considerando-se que são preparações com potencial para inserção na alimentação de escolas indígenas da etnia Kaingang.

Palavras-chave: Cultura alimentar Kaingang, cultura alimentar indígena, receitas tradicionais, alimentação escolar, etnia Kaingang.

## **ABSTRACT**

The present work primarily focuses on promoting Kaingang indigenous culture through traditional recipes and preparation methods. Its main objective is the development of a digital book featuring typical Kaingang recipes, their ingredients, and methods of preparation, aimed at indigenous school meals and other audiences interested in this theme. Additionally, it emphasizes the importance of the culture and, consequently, the well-being and health of these people, addressing common questions from non-indigenous people about the Kaingang's traditional food culture. The natural and cultural diversity of Kaingang food culture, passed down through generations to the present day, is showcased in this book, which is intended as a tool to help preserve traditional knowledge.

The material was developed through the researcher's personal experience with Kaingang food — as a self-declared Kaingang kamẽ Indigenous person — and by collecting recipes through interviews with Kaingang women who also provided photos. Other recipes were gathered from websites related to Kaingang culture.

The book includes an introduction that discusses Kaingang culture and lifestyle, along with 17 traditional recipes, detailing preparation methods and ingredients. In addition to the recipes, the material features technical preparation sheets, formatted according to the guidelines of the National Fund for Educational Development, considering their potential for inclusion in Kaingang indigenous school meals.

keyword: Kaingang food culture, indigenous food culture, traditional recipes, School Feeding, Kaingang ethnicity.

## LISTA DE SIGLAS

|                 |   |
|-----------------|---|
| Ëg Rá           | Nossas marcas   |
| Jë              | Em pé   |
| Clânicas        | Nomes de (marcas de kamë e kanhru)                        |
| Kamë(rá téj)    | Significado de Lua, marca comprida e abertas com um risco |
| Kanhru (rá ror) | Significado do Sol, marca redonda e fechada com um ponto  |
| Fóg             | Não indígenas/homem branco                                |
| PNAE            | Programa Nacional de Alimentação Escolar                  |
| Rá              | Marcas  |
| Kofá            | Idosos/anciãos  |
| PNAE            | Programa Nacional Alimentação Escolar                     |
| FUNAI           | Fundação Nacional Indigenista                             |
| EAN             | Educação Alimentar e Nutricional                          |
| FNDE            | Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação             |
| TI              | Terra Indígena  |

## SUMÁRIO

|  |    |
|--|----|
| <b>1. INTRODUÇÃO</b>   | 7  |
| <b>2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA</b>  | 9  |
| 2.1 Alimentação saudável   | 9  |
| 2.2 Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)                          | 12 |
| 2.3 Cultura alimentar Kaingang na alimentação escolar                        | 14 |
| 2.4 Classificação do povo Kaingang   | 17 |
| <b>3. JUSTIFICATIVAS</b>   | 21 |
| <b>4. OBJETIVOS</b>  | 23 |
| <b>5. MÉTODOS</b>  | 24 |
| <b>6. RESULTADOS E DISCUSSÃO</b>   | 26 |
| 6.1 Elaboração do Livro Digital  | 26 |
| 6.2 Algumas narrativas sobre preparações e comidas Kaingang:<br>ontem e hoje | 29 |
| 6.3 Atividade na Escola Estadual Indígena Fag NINH de Porto Alegre           | 33 |
| <b>7. CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>                                   | 40 |
| <b>8. REFERÊNCIAS</b>  | 42 |



## 1- INTRODUÇÃO

A diversidade cultural indígena possui raízes profundas. Na cultura Kaingang, os alimentos são repletos de simbolismo ancestral e cultural e, ao nos aprofundarmos nos alimentos retirados diretamente da natureza, ao explorarmos os ingredientes e o método de preparo, percebemos que, além de saborosos, são alimentos saudáveis, nutritivos e sustentáveis (FERREIRA, 2020).

O contexto relacionado à alimentação escolar sempre foi foco de políticas públicas, sendo um espaço voltado para a promoção da alimentação saudável, já que o ambiente escolar é considerado um canal de informações que conecta escola, família e comunidade. Sendo, assim, espaço ideal para gerar promoção de saúde e comportamento alimentar adequado (TOLEDO, 2021). Diante disso, alguns fatores merecem atenção e ação urgente, como a infraestrutura e gestão educacional, que impactam diretamente na qualidade da educação, no desempenho escolar e, conseqüentemente, impactando na segurança alimentar e nutricional nas escolas (JUNIOR *et al.*, 2023).

Questões relacionadas à falha na proteção ambiental vem se agravando e refletindo diretamente na falta dos alimentos típicos dos Kaingang (inclusive nas escolas) e, também, impactando na economia da maioria das famílias, que se dá através das vendas dos artesanatos com insumos retirados diretamente da natureza (FERREIRA, 2020). Atualmente, esses são alguns dos fatores relevantes que merecem atenção e ação urgente, por conseguinte, são problemas que vêm se agravando cada vez mais dentro das comunidades, aumentando riscos do desenvolvimento de doenças crônicas relacionadas à alimentação inadequada, como a obesidade, que é uma doença crônica multifatorial, associada ao estilo de vida, tais como sedentarismo e hábitos alimentares inadequados (ABESO, 2022).

É possível observar fragilidades na execução do PNAE, especialmente no que se refere a povos e comunidades tradicionais, assim como as comunidades indígenas. Tais fragilidades se apresentam como desafios que refletem na saúde e no bem-estar

da população, visto que, a alimentação Kaingang é muito mais do que uma simples refeição, mas sim, é baseada entre um elo do passado e do presente.

Este trabalho está estruturado em 6 partes, além desta introdução. A primeira é a revisão, que apresenta os seguintes itens: alimentação saudável, Programa Nacional de Alimentação Escolar, cultura indígena na alimentação escolar e a classificação do povo Kaingang. Na sequência, apresenta-se a justificativa e os objetivos geral e específicos, a metodologia do estudo, os resultados e as discussões e, por fim, a conclusão.

Tal estudo tem como finalidade descrever, de forma acessível, a culinária típica dos indígenas Kaingang, com receitas tradicionais e suas formas de preparações. Além disso, apresenta a diversidade, tanto natural quanto cultural, que está intimamente ligada aos modos de vida, pois são alimentos valorizados e passados de geração a geração, até os dias atuais. Outro aspecto importante a ser ressaltado é que alguns desses alimentos estão cada vez mais escassos em virtude da poluição das matas e dos rios, acesso restrito à terra e impactando diretamente na cultura alimentar dessa etnia.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A palavra “dieta”, de origem grega, é sinônimo de qualidade de vida, abrangendo diversas práticas alimentares saudáveis. No entanto, a população usa o termo dieta associado a restrições alimentares e planos alimentares, ou seja, diminuir ou excluir alguns alimentos ou grupos alimentares, como por exemplo, a redução de gorduras e açúcares, servindo como prevenção e tratamento para comorbidades associadas à obesidade (ABESO, 2022).

Alimentação adequada é compreendida como direito humano fundamental, que deve ser promovido através de políticas públicas de segurança alimentar e nutricional. Alimentação adequada tem diferentes campos de conhecimentos marcados pelas diversidades, assim, valorizando hábitos alimentares e a qualidade de vida de cada população, podendo ser nas seguintes formas: diversidade, qualidade sanitária, adequação nutricional, livres de contaminantes, acesso a recursos financeiros ou naturais, água e terra, respeito e valorização da cultura alimentar, acesso a informações e realização a outros direitos (SANTOS *et al.*, 2024).

Nesse contexto, sobre alimentação saudável e adequada, no Brasil, devemos nos basear no documento do Guia Alimentar para a População Brasileira, lançado pelo Ministério da Saúde em 2014, que é um documento com orientações sobre práticas alimentares saudáveis que promove saúde e bem estar da população, com objetivo principal de promover uma alimentação saudável e adequada, que seja acessível para população brasileira, considerando as dimensões culturais, regionais, sociais e econômicas, incentivando a autonomia nas escolhas alimentares e fortalecimento de práticas que respeitem e valorizem as tradições locais (BRASIL, 2014).

Nos últimos anos, o Brasil passou por diversas mudanças econômicas, sociais e culturais, com isso gerando mudanças no estilo de vida da população. O Brasil tem

registrado redução de desnutrição nas últimas décadas, mas apesar da intensa redução, ainda é prevalente em populações em áreas vulneráveis, por exemplo em áreas indígenas. Esse avanço é resultado das políticas sociais, contribuindo na redução das desigualdades, gerando maior expectativa de vida e melhoria no acesso à saúde, e programas de assistência alimentar. Também houve uma redução das doenças agudas e um predomínio de doenças crônicas (BRASIL, 2014).

No entanto, apesar dos progressos obtidos, o cenário apresentado pelo Relatório Mundial da Obesidade estima que, até 2030, o Brasil terá 7,7 milhões de crianças obesas. Os padrões inadequados de alimentação na infância e na adolescência são um dos principais fatores de risco para o aparecimento precoce da obesidade e de outras doenças crônicas (BORTOLI,2023).

Diante deste panorama desafiador, é fundamental adotar uma abordagem abrangente para combater a obesidade, principalmente em crianças. Isso se torna uma questão de extrema importância para a população indígena, exigindo um olhar atento para as comunidades, principalmente as localizadas em centros urbanos. A fácil acessibilidade e disponibilidade aos comércios pode favorecer a compra de alimentos que não são característicos do seu hábito alimentar, ao invés do consumo dos alimentos típicos. Além disso, os artesãos saem para vender seus artesanatos e entram no ritmo da vida urbana, favorecendo a busca por alimentos rápidos e convenientes, como lanches ultraprocessados, que em muitos casos podem ser mais baratos em comparação a uma refeição saudável. Essas influências externas geram impacto na saúde dos povos indígenas, dentre estes, o Kaingang (LAROQUE *et al.*, 2013).

A cultura alimentar brasileira engloba a cultura original das populações nativas (SILVA, 2018), sendo um sistema simbólico formado por conjuntos de histórias de diferentes culturas; ou seja, é um conjunto de miscigenações, tais como a africana, a portuguesa, europeia, entre outros. Cada povo possui uma herança cultural riquíssima,

contudo, cada Estado brasileiro também possui uma culinária diferenciada, com seus ingredientes típicos (LEONARDO, 2009).

O Guia Alimentar para a População Brasileira possui enfoque fundamentado em cinco princípios, que enfocam uma visão abrangente na alimentação, não significando apenas ingestão de nutrientes, mas sim um ato que vai além disso, contemplando ainda o simbolismo cultural para determinados povos, dando autonomia e direito à população dessas escolhas alimentares de forma adequada e saudável (BRASIL,2014). No entanto, o Guia precisa ainda avançar no que tange aos aspectos culturais, econômicos e sociais da alimentação de povos e comunidades tradicionais.

De acordo com o Guia Alimentar para População Brasileira (2014), o tipo de processamento empregado na produção dos alimentos determina a qualidade da dieta, quanto mais o alimento passar por processamento, maior será a adição de produtos químicos, como corantes e conservantes, influenciando no sabor, aroma e textura e atendendo a duração nas prateleiras, dessa forma, causa impacto nos nutrientes presentes. O consumo excessivo de sódio e gorduras saturadas, aumenta riscos para doenças cardiovasculares e consumo excessivo de açúcar, riscos para obesidade desencadeando para outras doenças crônicas.

Aspectos que podem ser destacados, que podemos observar, ingredientes como a banha e sal, são geralmente utilizados no dia a dia da comunidade Kaingang. E, de acordo com o Guia Alimentar para População Brasileira(2014), podem ser utilizados em pequenas quantidades, pois o consumo excessivo desses ingredientes poderá ser prejudicial à saúde, provocando agravos como, insuficiência cardíaca, obesidade, doenças crônicas entre outras.

## **2.2 PROGRAMA NACIONAL ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)**

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um eixo fundamental para a garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) no país, sendo uma das políticas públicas mais antigas do Brasil. O PNAE foi criado em 1995, tendo evoluído significativamente com o passar dos anos. O Programa visa o fornecimento da alimentação escolar adequada e saudável, ações de educação alimentar e nutricional e combater altos índices de desnutrição e outras comorbidades alimentares em alunos da educação básica das escolas públicas, dessa forma, garantindo a segurança alimentar e nutricional. Tais ações beneficiam a saúde pública e a sociedade como um todo e vem ganhando força (NERO et al., 2023).

Com relação à alimentação escolar de povos e comunidades tradicionais, o PNAE desempenha um papel fundamental, priorizando as escolas dessas comunidades, inclusive escolas indígenas. Conforme suas diretrizes, dá apoio e incentivo no desenvolvimento sustentável, através de compras de alimentos produzidos por agricultores familiares indígenas, favorecendo e valorizando a produção local, com alimentos frescos e saudáveis, gerando economia para essas famílias, dessa forma, respeitando e valorizando a cultura, tradições e hábitos saudáveis (BRASIL, 2023).

No intuito de acompanhar essas ações, o envolvimento de participações das comunidades no controle social do Programa, é de extrema interesse da escola e comunidade, pois garante a efetividade dos acompanhamentos das ações realizadas pelos entes federativos (Estado, Distrito Federal e Municípios). Assim, esperam-se melhorias e garantias na oferta de alimentação adequada e variada para alunos indígenas, contribuindo para crescimento e desenvolvimento desses alunos, principalmente os que necessitam de atenção específica (BRASIL, 2023).

No que se refere à alimentação escolar em terras indígenas, deve ser compreendido o papel da escola na inclusão alimentar, promovendo estratégias de alimentação adequada e saudável, podendo se dar através de implantação de políticas públicas, garantindo, assim, os direitos e segurança sociais e culturais. Dessa forma, é

dever e responsabilidade do Estado a realização dos direitos indígenas relacionados à segurança alimentar e nutricional e à preservação da alimentação tradicional, de acordo com cada povo (SANTOS *et al.*, 2024).

De acordo com a [Resolução CFN nº 320 de 2 de dezembro de 2003](#) os nutricionistas, no âmbito do Programa Alimentação Escolar (PAE), devem respeitar a diversidade e hábitos alimentares culturais locais, dando preferências à agricultura familiar local de modo a interagir e conhecer esses fornecedores. Também é de responsabilidade do nutricionista, atividades envolvendo EAN ao currículo escolar indígena.

## 2.3 CULTURA ALIMENTAR KAINGANG NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a etnia Kaingang é uma das maiores do Brasil (IBGE, 2010). Sua alimentação é baseada em um profundo conhecimento da biodiversidade e dos recursos naturais, sendo que a maioria dos alimentos típicos são retirados diretamente da natureza e a maioria das preparações tradicionais Kaingang usam temperos como banha e sal (FERREIRA,2020).

Os métodos de processamentos de alimentos tradicionais envolvem práticas que promovem a sustentabilidade. Alguns tipos de processamento se dão através dos assados no fogo de chão, cozimento, moagem ou trituração, catação e seleção. (selecionando-se os melhores para o consumo). O método mais comum para o processamento, se dá através do pilão, que serve tanto para moagem ou trituração, sendo esse instrumento feito de madeiras resistentes. Esses métodos de processamento estão intimamente ligados à natureza na dieta e bem-estar da população.

Uma das características mais marcantes e tradicionais é o fogo no chão, que não só serve para assar ou cozinhar alimentos, mas também representa um ponto de encontro, sendo uma prática simbólica e profunda na cultura Kaingang de existência e resistência, um centro de comunicação e trocas de experiências e fortalecimento dos laços. Ao redor do fogo, com preparação dos alimentos típicos e chimarrão, acompanham o momento dos Kófa (anciãos) relatarem seus antepassados, tirando curiosidades dos jovens (FERREIRA, 2020). O povo Kaingang tinha uma dieta variada a base de carnes de caças, como, aves, peixes, porco do mato, antas, pacas, tatu,etc. Na agricultura plantavam gêneros como o milho, abóbora e feijão, entre outras variedades. Tinham uma variedade de frutas, extração do mel que usam como adoçante, pinhão consumido juntos com refeições, dessa forma, a cultura alimentar dos Kaingang era diversificada e saudável livre de contaminantes, comprado com a atualidade esses alimentos citados estão cada cada vez mais escassos (HAS,2021).



Com a aprovação da Constituição Federal de 1988, foram implementados programas de educação escolar indígena, assegurando que os povos indígenas têm direito à educação escolar diferenciada. Essa conquista demonstra a importância da preservação da cultura indígena, da utilização da língua materna, assim fortalecendo as raízes culturais (LAROQUE e SILVA, 2013).

No contexto alimentar, as escolas indígenas podem implementar projetos voltados para o bem-estar dos alunos, como a inclusão da culinária Kaingang na alimentação escolar, por exemplo. O alimento típico vai além de ser somente alimento nutritivo, pois representa também a promoção da manutenção de modos de vida, da educação alimentar e ambiental, de apreciar os alimentos que a natureza tem para nos oferecer. Propostas de atividades com alunos, com vistas à educação alimentar e nutricional (EAN), são fundamentais na preservação da cultura indígena na escola e podem seguir vários modelos, como a criação de hortas, a coleta de alimentos típicos, palestras incluindo pais e comunidades, entre outras atividades, atendendo a demanda que a escola possui (BRASIL, 2014).

Segundo MINEIRO *et al.* (2017), as escolas indígenas deveriam ser pensadas como espaços socioculturais, políticos e econômicos, assim, fortalecendo ainda mais a cultura. A alimentação em escolas indígenas é um tema que envolve a valorização da cultura alimentar tradicional, respeitando as práticas e costumes da comunidade, que sejam adequados às tradições. Dessa forma, o cardápio deve ser pensado e estruturado de acordo com a cultura local, dando preferência às compras da merenda escolar dos produtos fornecidos pelos indígenas da própria comunidade, assim, gerando renda às famílias locais e, ao mesmo tempo, oferecendo alimentos de maior qualidade e tendo menos gastos públicos com transporte. Os cardápios escolares devem ser elaborados de acordo com as diretrizes do PNAE, que garante o equilíbrio nutricional, limitando a utilização de alimentos ultraprocessados a, no máximo, 30%, e 70% dos básicos, tais como, o arroz, feijão, frutas, leguminosas, carnes, leites e derivados, entre outros (NERO *et al.*, 2023).

Com vistas a uma plena execução dos direitos de povos e comunidades tradicionais explícitos no PNAE, é importante que haja o acompanhamento da comunidade juntamente com entes federativos. Dessa forma, é possível aperfeiçoar os cardápios nessas escolas, devendo ser baseados em alimentos *in natura* ou minimamente processados, priorizando hábitos alimentares culturais com uso de alimentos locais, e atender as especificidades culturais das comunidades indígenas. Também é necessário pensar na adaptação para alunos com restrições alimentares, e esta é uma questão desafiadora tanto para os alunos, quanto para familiares e gestores escolares, na medida em que as refeições escolares devem atender as necessidades alimentares especiais (BRASIL, 2023).

Por fim, é necessário implementar, através de ação de políticas públicas, a execução adequada das diretrizes específicas para povos e comunidades tradicionais, contemplando escolas indígenas, a fim de que as mesmas tenham acesso àquilo que é seu por direito: uma alimentação saudável e adequada, que contemple sua cultura, seus saberes e suas formas de fazer. Medidas importantes para essa plena implementação envolvem formação de atores do PNAE em todas as suas dimensões, desde estudantes até gestores, passando também pela oportunidade de termos atores representantes desses povos nos processos de execução: nutricionistas indígenas, gestores indígenas, professores indígenas, merendeiras indígenas e agricultores indígenas. A participação ativa da comunidade indígena e gestores públicos na melhoria da qualidade de uma alimentação adequada e saudável no âmbito escolar, melhorando problemas relacionados na gestão e controle alimentar, em infraestruturas adequadas com armazenamento e distribuição dos alimentos seguros (FIGUEIREDO *et al.*, 2023).

## 2.4 CLASSIFICAÇÃO DO POVO KAINGANG

Dados do IBGE, com apoio da Fundação Nacional Indigenista (FUNAI), sobre a população indígena brasileira, revelam uma rica diversidade étnica, com um total de 1.693.535 pessoas, somando 305 etnias, falando 274 línguas diferenciados (IBGE, 2022). A classificação desses povos leva em consideração diversos fatores, como o modo de viver diferenciados, antepassados, costumes, línguas, crenças, culinária, tradições culturais. Essa diversidade se reflete dando significados em diferentes formas de organização social, sistema de produção, modos de comer, relação com meio ambiente, pinturas, grafismos, etc.

Ao focarmos nas características do povo Kaingang, esta etnia ocupa o terceiro maior povo indígena do Brasil, totalizando, aproximadamente, 51.000 indivíduos (VEIGA, 2022). Os Kaingang habitam quatro estados brasileiros, sendo localizados no Rio Grande do Sul, Santa Catarina, São Paulo e Paraná, com existência de 32 terras indígenas (IBGE,2010). Os Kaingang pertencentes à família linguística Jê, e se dividem em dualismo clânicas: kamẽ e kaĩru. Essa organização sociocultural, representada pelos Kofá, é dividida em clãs, onde cada metade possui uma relação de oposição e complementaridade. Por exemplo, kamẽ téj possui marcas de riscos compridos e kaĩru ror, representadas por círculos. Os dualismos possuem significados enraizados com elementos da natureza, como, sol e a lua. Segundo a tradição essas marcas se completam, kamẽ casa-se com kaĩru, e os filhos herdaram com o rá (marca) do pai. A crença dos Kofá (anciãos) em relação aos Kamẽ, considera que seus indivíduos são possuidores de espíritos fortes e com maior facilidade de interagir com os espíritos dos antepassados. Por outro lado, os kaĩru possuem papel de liderança em questões políticas e nas guerras (FERREIRA, 2020).

Os Kaingang demonstram seus rá por meio de pinturas corporais em eventos ou dias comemorativas, principalmente para o ritual do kiki (demonstrado a seguir, narrativa 2), segundo os Kofá as pinturas dos kamẽ se dava através de lascas de pinheiro queimado, e logo após moídas e umedecidas. A pintura do kamẽ é de cor

preta, já a pintura dos kaĩru de cor vermelho, utilizando-se a madeira chamada Sete Sangria e Catiguá. A separação dessas metades, demonstradas através de pinturas corporais de acordo com as cores do Kamě e kaĩru, é importante para a compreensão do ritual do kiki, e reforçam a identidade de cada grupo, suas metades, dando significados dos nomes de acordo com seu rá (téj ou rá) (FERREIRA, 2020).

Abaixo, ilustra-se, a partir de alguns alimentos, elementos ligados à cosmologia dos Kaingang, narradas pelos Kofás.

### 1) ARAUCÁRIA E O PINHÃO

A narrativa dos kofás Kaingang sobre o pinheiro revela uma profunda conexão entre o povo e o meio ambiente natural, na qual o pinheiro é visto como generoso e protetor. As sementes do pinheiro serviram de alimentos para muitas famílias Kaingang, e com isso teve que crescer além das outras plantas, ao crescer acima das outras plantas, com os galhos estendidos para o alto, são interpretados como braços levantados em agradecimento ao sol, pois o sol com sua fonte de energia serve para a produção dos pinhões. Essa postura dos braços abertos tem simbolismo de agradecimento.

Com a escassez do pinhão, por diversos fatores, como, invasão dos madeireiros, obrigou os Kaingang a mudar para outras áreas em busca de alimentos, assim, suas casas e terras foram sendo invadidas a ponto de ficarem em pequenos espaços e sem fontes de um dos seus principais alimentos que é o pinhão (FERREIRA, 2020).

### 2) BEBIDA KIKI

O kiki é uma bebida dos kaingang feita com mel e é confeccionada em coxo de um pinheiro para festa do ritual do kiki. A festa é celebração aos mortos, em que acontece encontro das pessoas que já morreram com as vivas, é uma forma de contato especial com seus ancestrais, permitindo que os espíritos retornam para visitar seus familiares, após a festa os mortos retornam à suas moradas debaixo da terra para

chegada dos parentes. A festa é marcada pela reciprocidade entre as metades, os Kamẽ devem rezar pelas pessoas mortas kaĩru, e os kaĩru pelos Kamẽ, ao rezarem pelos mortos da outra metade, os Kaingang demonstram respeito e fortalecimentos das relações sociais, contribuem harmonia entre a natureza e o mundo espiritual (FERREIRA, 2020).

Para a confecção do coxo, os indígenas devem ir até a mata e escolher um pinheiro; após a escolha, devem pedir permissão ao espírito do pinheiro, fazem rezas encabeçadas por um Kamẽ, pois o pinheiro é reconhecido como Kamẽ. A reza fala da importância do ritual para o povo. Após a derrubada da árvore, continuam sobre o tronco já no chão, as plantas não significam apenas árvores, mas sim um ser vivo um parente com espírito próprio, um parente a menos seguindo a cosmologia Kaingang (FERREIRA, 2020).

A cosmologia dessa etnia revela uma relação profunda com a natureza, onde a crença na existência de espíritos nas plantas e a prática de dialogar com elas demonstram uma sensibilidade e respeito. Para cada derrubada de uma árvore, é necessário falar com ela antes, bem como para a utilização destas para remédios. As palavras e emoções do indivíduo transmitem energia, que se conecta com a energia da planta, assim, compreendendo seus efeitos curativos (FERREIRA, 2020).

Abaixo, ilustra-se a imagem do ritual da consagração do cocar com plantas, pelos Kaingang da aldeia Por Fi Ga/São Leopoldo, ritual do ser, estão atrelados ao realizar força e resistência da ancestralidade kamẽ e kaĩru (figura 1).

Na figura 2 e 3, a imagem do ritual do kiki na terra indígena Foxá de Lajeado/RS, com reza para permissão da derrubada do pinheiro, cantos e danças em torno do pinheiro antes e após sua derrubada (REMPEL *et al.*, 2021).



Figura 1



Figura 2

Figura 3

### 3 JUSTIFICATIVAS

Este estudo tem como finalidade abordar a culinária típica dos indígenas kaingang, com receitas tradicionais e formas de preparações, focando tanto a diversidade natural quanto cultural que são intimamente ligados à cultura. Isso é importante para valorizar essa diversidade, visto que, alguns desses alimentos estão cada vez mais escassos, em virtude da poluição das matas e dos rios deixados pelos não indígenas, bem como pela falta de acesso à terra.

Para abordar e visibilizar as receitas tradicionais, será utilizado como ferramenta do livro digital que poderá ser usado na elaboração dos cardápios e ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no âmbito escolar. Focar em receitas tradicionais é também focar na cultura alimentar e modos de vida do povo kaingang, assim, fortalecendo a cultura alimentar, incentivando o consumo desde a infância. Muitos desses alimentos são desconhecidos pelos não indígenas, que poderão também conhecê-los a partir desse material.

Ao compartilhar receitas ancestrais, busca-se formas de fortalecer hábitos alimentares tradicionais e saudáveis no ambiente escolar, bem como a cultura e a sustentabilidade. O livro é voltado para toda a comunidade escolar: crianças, adolescentes, professores, comunidade indígena, e demais públicos interessados, incluindo alimentos saudáveis e sustentáveis em ambiente escolar e doméstico (SILVA; 2023).

Essa ferramenta também serve de estratégia na elaboração do cardápio escolar com alimentos tradicionais, contendo passo a passo de cada refeição, bem como, ingredientes e modo de preparo, um guia para o nutricionista, que geralmente é o responsável técnico na alimentação escolar muitas das vezes são os fóg (não indígena), não tendo conhecimento da cultura alimentar Kaingang. Assim, ao propor a inclusão de receitas indígenas no cardápio escolar, há também a promoção de benefícios para a comunidade escolar e para a sociedade como um todo: acesso e

manutenção de dietas adequadas nas suas diversas dimensões: nutricional, cultural, simbólica, econômica e ambiental (BORTOLI, 2023), dessa forma, esse material valoriza os processos históricos que são passados de geração a geração, da mesma forma, constituindo identidade de ser indígena.



## 4 OBJETIVOS

### 4.1 OBJETIVO GERAL

Desenvolver um livro digital com receitas típicas kaingang, destinado à alimentação escolar indígena Kaingang do sul do Brasil e demais públicos interessados na temática.

### 4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar práticas alimentares tradicionais de indígenas do povo Kaingang do sul do Brasil.
- Identificar receitas de preparações tradicionais utilizadas por parentes Kaingangs do sul do Brasil na sua alimentação.
- Registrar ingredientes e modos de preparo das receitas.
- Compilar fotografias com imagens das preparações e seus acompanhamentos.
- Instrumentalizar a comunidade escolar (nutricionistas, merendeiras, familiar e estudantes) com sugestão de receitas tradicionais Kaingang que podem ser utilizadas em cardápios escolares e ações de EAN.

## 5 METODOLOGIA

O livro de receitas tradicionais da cultura Kaingang foi elaborado pela graduanda em Nutrição Damaris de Oliveira Tomás, sob a supervisão de profissionais da área e apoio do Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição (CECANE) da UFRGS. O Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar da Universidade do Rio Grande do Sul (CECANE/UFRGS), é uma entidade que trabalha em apoio técnico à gestão do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), como objetivo principal na melhoria de uma alimentação adequada e saudável em âmbito escolar, com base em uma alimentação *in natura* ou minimamente processada, de modo a respeitar aspectos ambientais e culturais, incentivando o cultivo e consumo dos alimentos regionais com compra de agricultores locais (Sperb *et al.*, 2023).

O processo de desenvolvimento do livro digital foi baseado em entrevistas, realizadas presencialmente com indígenas de suas comunidades, especificamente na terra indígena de Pór Fĩ Gã (São Leopoldo/RS), Pinhalzinho (Planalto/RS) e Serrinha (Constantina/RS). Para que todos os participantes pudessem compreender o estudo, optamos pela forma objetiva, cuja língua materna é o Kaingang, os quais, posteriormente, foram disponibilizando imagens das preparações dos alimentos típicos. Além disso, todos os entrevistados autorizaram a divulgação dos seus nomes.

A experiência da própria pesquisadora, autodeclarada indígena Kaingang kamẽ e da coleta de receitas com amigos também foi importante, em acrescentar suas experiências na área da alimentação tradicional Kaingang, visto que, esses alimentos foram anteriormente preparadas e aprovados pela autora, fazendo parte da cultura alimentar desde infância e passando de geração até dias atuais. Outras receitas também foram coletadas em sites, como, google acadêmico, que apresentam temas relacionados à cultura Kaingang.

Através da ferramenta Canva, foi elaborado um e-book com receitas tradicionais kaingang. O livro foi elaborado de forma simples, com inclusão de imagens, dando preferências a imagens disponibilizadas pelos parentes Kaingang e, ao final, optou-se

por incluir pratos demonstrativos dos acompanhamentos, tornando o livro digital mais atraente. Para cada preparação, foi apresentado o passo a passo detalhado do modo de preparo, bem como, medidas caseiras e ingredientes, facilitando o acesso às receitas para o público mais amplo.

Este estudo apresentou desafios importantes e pouco conhecidos pelos não indígenas. O principal deles foi que ingredientes e alimentos tradicionais dos kaingang, como, Fuvá, Kumî, Penhó Féj e Fainh, não foram reconhecidos pela ferramenta Dietbox. Dessa forma, não foi possível elaborar fichas técnicas para todas as preparações, assim, limitando às informações dos nutrientes e calorias presentes nos alimentos.

Além da elaboração do livro com as Receitas, também foi realizada uma atividade com estudantes de uma escola indígena de Porto Alegre. A atividade foi realizada a partir da inserção de uma preparação culinária na alimentação escolar e posterior roda de conversa com os estudantes. Os estudantes comeram a preparação e, em seguida, falaram da experiência e produziram desenhos sobre comidas da cultura alimentar Kaingang.

## 6 RESULTADOS E DISCUSSÕES

### 6.1 ELABORAÇÃO DO LIVRO DIGITAL

O resultado deste trabalho consiste em um E-book com receitas de preparações tradicionais da cultura Kaingang, destinado à alimentação escolar dessa comunidade indígena, bem como aos demais públicos interessados na temática.

Na figura 04 e 5, podemos observar a capa e apresentação do livro e, na figura 6, o sumário do estudo. O livro contém grafismos clânicos que formam a família Kaingang, kaĩru e Kamẽ, como demonstrado a seguir:

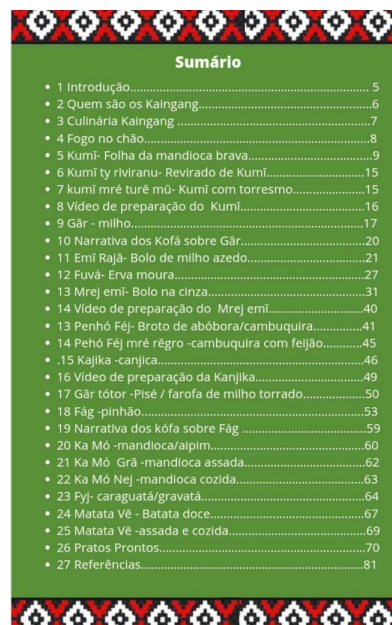
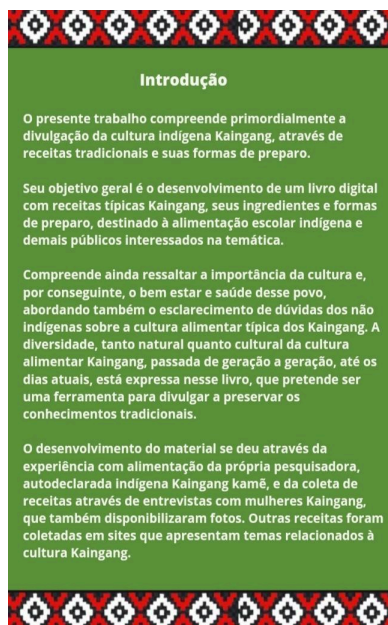


Figura 04 e 5 – Capa e apresentação do livro

Figura 06 – Sumário

O livro digital apresenta:

1 Capa.

2 Breve bibliografia pessoal da autora.

3 Sumário.

4 Agradecimentos aos contribuintes pela realização do livro.

5 Introdução.

6 “Quem são os Kaingang” a autodenominação, família pertencentes e concepções cosmológicas, Estados pertencentes e total da população.

7 Culinária Kaingang contendo 17 receitas, que são:

- Kumī (folha da mandioca brava)
- Kumī ty riviranu (revirado de kumī )
- kumī mré turē mū (Kumī com torresmo)
- Gār (milho)
- Emī Rajã (Bolo de milho azedo)
- Fuvá (Erva moura)
- Mrej emī (Bolo na cinza)
- Penhó Féj (Broto de abóbora/cambuquira)
- Pehó Féj mré rēgro (cambuquira com feijão)
- Kajika (canjica)
- Gār tótor (Pisé/farofa de milho torrado)
- Fág (pinhão)
- Ka Mó Grã (mandioca assada)
- Ka Mó Nej (mandioca cozida)
- Fainh (caraguatá)
- Matata Vē Grã (batata assada)
- Matata Vē Nej (batata cozida)

8 Combinação tradicional dos pratos prontos.

Referências.

A seguir, por meio do QR code ou link, abaixo, você poderá ter acesso ao livro digital.



<https://scanned.page/67900f282893a>

Uma das vantagens do livro digital, é a busca rápida através de pesquisa por palavras, possibilitando agilidade ao leitor ao conteúdo. O E-book como uma ferramenta em ambiente escolar torna o ensino mais atraente e agradável aos alunos, visto que, atualmente, crianças e adolescentes têm mais acessibilidade a aparelhos digitais. Além disso, não necessitando ser impresso, também se torna uma alternativa sustentável ao meio ambiente através de impressões, podendo ter acesso tanto em aparelhos celular, notebook, tablet, entre outros. Entretanto, esse formato apresenta algumas desvantagens, como custos econômicos dos aparelhos e internet para o acesso. Para realização do E-book, o autor possui liberdades de criações, seja por imagens ilustrativas, sons ou vídeos, com ajustes do tamanho de letras, cor ou até mesmo layout, tornando o material da melhor forma atrativa visualizada, sendo que o livro digital é uma hipermídia (REIS et al 2016).

Através desse trabalho, espera-se incluir alimentos típicos Kaingang no cardápio escolar da comunidade dessa etnia, sendo um passo fundamental para promover a educação alimentar e nutricional (EAN), contribuindo também para a sustentabilidade e a preservação do meio ambiente, na medida em que a maioria dos alimentos típicos Kaingang são retirados da natureza. Sugere-se a inclusão das preparações no cardápio escolar, pelo menos, uma vez na semana ou conforme a necessidade de cada escola. A gestão escolar pode ainda conversar com os pais dos alunos sobre a importância dessa inclusão. Além disso, a utilização de alimentos típicos da cultura é também uma maneira de incentivar práticas alimentares saudáveis e o fortalecimento

da cultura Kaingang, influenciando na saúde e qualidade de vida dos escolares e da comunidade (TELLES,2021).

## **6.2 ALGUMAS NARRATIVAS SOBRE PREPARAÇÕES E COMIDAS KAINGANG: ONTEM E HOJE**

Nas entrevistas realizadas para o registro das preparações, também foram narradas por algumas pessoas das comunidades, elementos do passado e do presente que fazem parte da alimentação indígena.

Como ilustram os relatos abaixo, a vida e a alimentação dos povos indígenas tem se modificado, causando problemas não só na saúde indígena, mas também na preservação de modos de vida tradicionais, impactando nos hábitos alimentares, agricultura, pesca e caça (JACINTO, 2022). Assim, promover a alimentação Kaingang nas escolas é promover a vida, é algo que precisa ser melhor difundido na sociedade e no âmbito do PNAE.

A autora pergunta para alguns entrevistados: Qual a diferença da alimentação atualmente comparada com a da infância?

“ Está tudo mudado, até a substituição dos materiais para pegar alimentos, a maneira de como nós fazíamos para pegar peixe, era usado rede de cipó e hoje é substituído pelo anzol. A alimentação do dia a dia era através do que se produzia na agricultura, plantava batata, mandioca, milho, feijão e produzia mais arroz que faziam o descascamento no pilão. Nossos alimentos eram fortes, relacionando alimentos típicos. As doenças eram raras, pois alimentação era natural. Não havia doenças igual nos dias atuais, hoje em dia as ervas medicinais são difíceis de serem encontradas, gestantes que tomavam remédio do "mato" tinham parto normal e tranquilo, sem necessidades de cesária. Hoje somos atendidos nas farmácias dos fóg (não indígenas). Nossos alimentos foram desaparecendo aos poucos, os peixes daqui não são bons, pois são contaminados de lixo, tem que sair longe para pescar e ter cuidados com os agrotóxicos, antes não tinha todo esses cuidados, era tudo natural, nos rios a água era limpa tinha bastantes peixes. Quando saiam para matá levam somente farinha de milho

para fazer emĩ (pão) e assar nos canos da taquara e comer com carnes assada nas brasas. Tinha diversas criação de animais, exemplo, galinha, porco, quando matavam porco faziam a banha e o torresmo, com falta de geladeira temperava a carne na banha do torresmo e guardavam em latas. Produzia açúcar que faziam doce de melado, a água era guardada em porongos que permanecia gelada, do purungo também faziam pratos, hoje está tudo mudado até ar não é mais o mesmo”.

### **Rosalina Kasu Fey, artesã kaingang da T.I Por Fĩ Gá- São Leopoldo/RS.**

“Antigamente a alimentação era considerada mais saudável sem agrotóxicos e conservantes, os alimentos eram colhidos frescos retirados diretamente da lavoura para o consumo da refeição do dia. Alguns alimentos, por exemplo, Kumi, Fubá, Serralha, Radiche e Caruru, era acompanhado do feijão, as frutas frescas eram colhidas diretamente da árvore, como, juá, guabiroba, pitanga, banana, entre outras variedades. Os legumes, como, batata, mandioca, abóbora, as pontas que é o broto da abóbora chamada de cambuquira também é outro tipo de alimento para nosso consumo.

O pinhão era guardado/estocado para passar meses e ano, após a sua época, também consumimos o bolo na cinza, a massa é preparada somente com farinha, água e sal, fazíamos um borraio para colocar o alimento e também para preparação do café. O nosso adoçante era com o açúcar de cana como nós chamamos ou açúcar mascavo que é mais conhecido hoje em dia.

Os sucos ou refrigerantes de antigamente eram feitos de água com mel de abelha, nós chamávamos de suco ou refrigerante.

As carnes se davam através dos peixes, na época não tínhamos aparelhos eletrônicos, como geladeiras para conservar os alimentos. A carne nós tínhamos que consumir durante o dia, quando matava porco, em um tacho ou panela era cozido com as gorduras do porco, e após, era guardado nas latas para não estragar e durava meses.

Antigamente nós vivíamos de caça e pesca, exemplo, porco do mato, passarinhos entre outros, as carnes eram salgadas e colocadas para secar no sol ou na fumaça, deixando uns dias na fumaça, chamada de carne seca, assim, ajudava a não estragar a carne por dias ou meses.

Hoje em dia ainda nós gostamos de fazer bolo na cinza, principalmente quando vou em busca de alimentos no mato. Aos poucos nossos alimentos foram se substituindo por

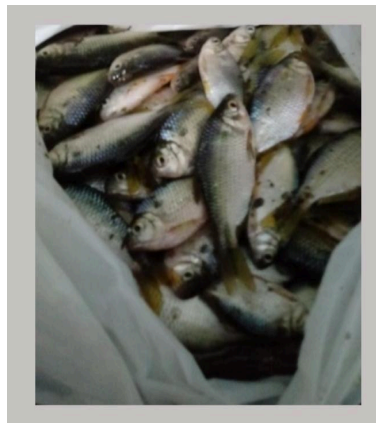


conservantes e corantes entre outros, dessa forma, surgindo doenças crônicas, como, cardiovasculares, obesidades, disfunções hormonais, cancerígenas, diabetes, entre outras, são conseqüências dos alimentos de hoje em dia, doenças que não existia antigamente que hoje em dia existe muito, o estresse, autoestima baixo e anorexia que antigamente não existia “.

Abaixo, ilustra-se, imagens dos alimentos mencionados pelo entrevistado.



Mel



Peixes



Banha armazenada em latas



Bolo na cinza em dia de coleta de alimentos no mato

**Imagens cedidas por Marcos Tomás Kaingang, Técnico em Enfermagem da T.I Pinhalzinho/RS.**

“Sobre alimentação do passado, vivíamos de forma mais saudável sem ouvir falar de doenças, igual existe hoje em dia, como, a pressão alta e diabetes, nossa alimentação era tudo que nós mesmos plantamos, batata doce, mandioca, milho, feijão, amendoim, açúcar de cana (mascavo) não comprávamos o açúcar branco era somente o amarelo que fazíamos doces, como pé de moleque e rapaduras, também era usado em cima do pão, também tínhamos hortas, criamos galinha, boi, vaca, porco que faziam banha que era guardados em latas, nossa água era do poço, tomamos banho e lavamos roupas nos rios, aquele tempo era tudo mais fácil comparando com hoje em dia, nós não tinha geladeira, televisão, fogão, faziam nossos emi (pão) na brasa do fogo de chão, onde tínhamos uma cozinha separada somente para preparação das comidas. Atualmente nossa alimentação mudou muito, comparado com o do passado, somos dependentes dos aparelhos eletrônicos, como, a geladeira, que é muito comum nossos parentes indígenas possuem, assim, como o fogão a gás. Trabalhei em Escola Estadual Indígena Kaingang desde 1999 até 2024, localizada na terra indígena da Serrinha, município de Constantina-RS, onde resido atualmente, já trabalhei como faxineira e também merendeira, em 2024 atendendo cerca de 105 alunos em dois turnos, manhã e tarde, seguimos o cardápio conforme recomendação da nutricionista e também inserimos alguns dos nossos alimentos típicos de acordo com a estação do alimento”.

**Mari Lúcia de Oliveira, aposentada, Reside na TI Serrinha/RS.**

### **6.3 ATIVIDADE NA ESCOLA ESTADUAL INDIGENA FAG NINH DE PORTO ALEGRE**

No dia 14 de Novembro de 2024, foram realizadas atividades para diagnóstico de atividade de Educação Alimentar e Nutricional com alunos adolescentes Kaingang do Ensino Fundamental da Escola Estadual Indígena de POA. A atividade teve como foco principal valorizar e difundir a cultura alimentar Kaingang para a comunidade escolar (professores, merendeiras e estudantes). Além disso, foi possível identificar a relação dos estudantes com conhecimentos alimentares relacionados a alimentos tradicionais e, dessa forma, também fornecer subsídios para o planejamento da atividade de EAN na escola indígena visitada.

O diagnóstico, inicialmente, foi realizado através da elaboração de preparações com alimentos típicos kaingang que geralmente são consumidos em suas residências, após refeição, foi realizada uma dinâmica para identificar o consumo dos alimentos tradicionais de suas preferências ou qual conheciam, foi entregue a cada um dos participantes folhas A4 e lápis de escrever e canetas de pintar.

Para coleta dos dados, foi observada a participação e colaboração dos alunos, assim, foi possível analisar a aceitação da refeição do dia e conhecimentos dos alimentos. Após a realização dos desenhos, os alunos foram orientados a desenhar no canto da mesma folha, uma carinha feliz para identificar aceitação, e carinha triste para identificar a não aceitação.

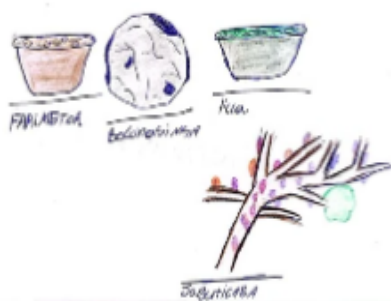
Por fim, a atividade teve participação espontânea de 16 adolescentes, com porcentagem total de 100% de aceitação da refeição preparada no dia, do mesmo modo, foi observado que todos alunos têm conhecimento dos alimentos tradicionais kaingang.

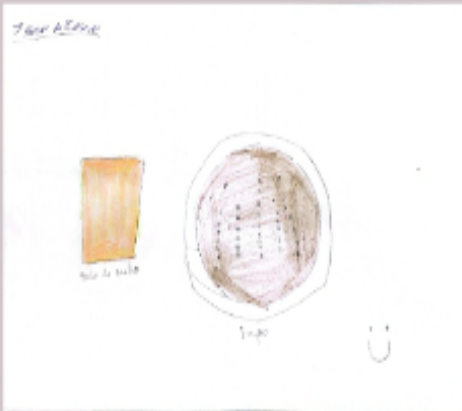
A seguir, são apresentadas algumas das imagens dos alimentos desenhados pelos alunos.

O MEU NOME É NATALIA E GOSTO DE  
COMER ARROZ E FEIJÃO E GOSTEI DA  
COMIDA DA DAMADIS. 😊

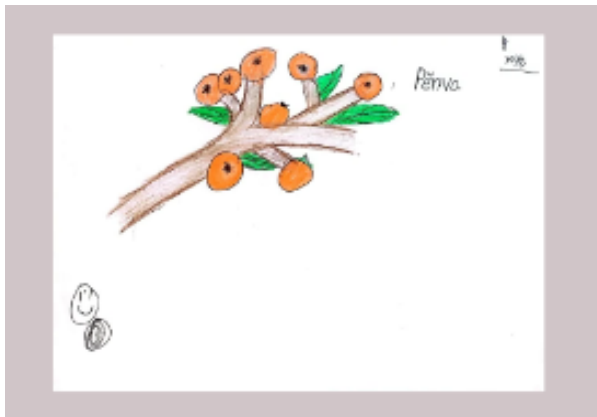


Natalia  
☺















Frutas e Legumes      Frutas e Legumes ☺

maçã \_\_\_\_\_  
 pêra \_\_\_\_\_  
 laranja \_\_\_\_\_  
 melancia \_\_\_\_\_  
 morango \_\_\_\_\_  
 uva \_\_\_\_\_  
 abacaxi \_\_\_\_\_  
 melão \_\_\_\_\_  
 kiwi \_\_\_\_\_  
 manga \_\_\_\_\_

Frutas e Legumes      Frutas e Legumes ☺

maçã \_\_\_\_\_  
 pêra \_\_\_\_\_  
 laranja \_\_\_\_\_  
 melancia \_\_\_\_\_  
 morango \_\_\_\_\_  
 uva \_\_\_\_\_  
 abacaxi \_\_\_\_\_  
 melão \_\_\_\_\_  
 kiwi \_\_\_\_\_  
 manga \_\_\_\_\_

## **7 CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O Livro digital elaborado consiste em uma estratégia para engajar a inserção de Educação Alimentar e Nutricional em escolas indígenas kaingang. Concebido como uma ferramenta de apoio aos nutricionistas na elaboração do cardápio, com receitas tradicionais e suas formas de preparações, de forma, descritiva e acessível, destinado à alimentação escolar indígena Kaingang do sul do Brasil e demais públicos interessados na temática.

O presente estudo foi baseado através de entrevistas, realizadas presencialmente com indígenas Kaingang em suas comunidades. Com base nos resultados durante o desenvolvimento do estudo, demonstra-se a importância da identidade do ser indígena, com alimentos que são portadores de histórias, como demonstrado nas narrativas dos Kófa e na conexão com a natureza de respeito e harmonia, que concedem remédios através das ervas tradicionais e no consumo de alimentos saudáveis e sustentáveis.

O estudo ainda destaca a resistência cultural alimentar do povo Kaingang. Mesmo diante da influência dos não indígenas, a alimentação tradicional resistiu aos impactos ambientais. São alimentos herdados dos ancestrais que ainda são valorizados dentro da cultura kaingang.

Da mesma forma, esse estudo visa a aproximação aos alimentos tradicionais e autonomia de uma alimentação adequada e saudável para o público escolar, sendo que, já é de conhecimento dos alunos esses alimentos, como demonstrado em atividades realizadas na Escola Indígena Kaingang Fág Ninh de POA, obtendo a aceitabilidade em total de cem por cento da refeição do dia. Dessa forma, a alimentação tradicional fornece suporte para quantificar as necessidades nutricionais adequadas, são alimentos sustentáveis e culturalmente significativos de bem-estar da população.

A inserção de Educação Alimentar e Nutricional em escolas indígenas possui um papel fundamental de fortalecimento cultural. Nesse sentido, a inclusão de alimentos tradicionais em cardápios escolares, pode ser uma ação da EAN, fomentando que escolares, gestão escolar e pais dos alunos, tenham contato com conhecimentos tradicionais e que o cardápio seja adequado a cultura alimentar indígena.

O livro digital poderá ainda ser revisado em uma segunda edição que contenha a composição nutricional de cada refeição, tais como, calorias, macro e micronutrientes. Para isso, seria necessário realizar análises em laboratório para obtenção dos nutrientes, pois são alimentos que não constam na ferramenta das tabelas nutricionais.

## 8 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Censo Demográfico 2022. Indígenas Primeiros resultados do universo. Rio de Janeiro. Disponível em: <https://acervo.socioambiental.org/sites/default/files/documents/a4d00018.pdf> . Acesso em: 10 set.2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Censo Demográfico 2010. Portal Kaingang. Disponível em: [O POVO KAINGANG NO CENSO 2010 / IBGE](#) . Acesso em: 10 set.2024.

XERENTE, Wanderlúcia Gomes Miranda. **Alimentação Escolar nas Escolas Indígenas Xerente**. 2019. Artigo de Graduação (Trabalho de Conclusão do Curso)- Campus Universitário de Palmas, Universidade Federal do Tocantins, Palmas-TO, 2019. Disponível em: <https://repositorio.uft.edu.br/bitstream/11612/3290/1/Wanderl%C3%BAcia%20Gomes%20Miranda%20Xerente-%20TCC.pdf> . Acesso em: 20 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde: Guia Alimentar para a População Brasileira promovendo a alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014.

Associação Brasileira para Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (ABESO). Posicionamento Sobre o Tratamento Nutricional do Sobrepeso e da Obesidade: 1ª ed. São Paulo: ABESO, 2022. Disponível em: [https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento\\_2022-alterado-nov-22-1.pdf](https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf). Acesso em: 19 nov.2024.

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Alimentação e Nutrição, 2017. Disponível em: [www.fnde.gov.br/index.php/programas/pnae/pnae-eixos-deatuacao/pnae-alimentacao-e-nutricao](http://www.fnde.gov.br/index.php/programas/pnae/pnae-eixos-deatuacao/pnae-alimentacao-e-nutricao) > > . Acesso em: 19 nov.2024.

Ballivián, José M. Palazuelos. *et al.*(Org.). **Artesanato Indígena: Kaingang e Guarani-territórios indígenas- região Sul**. 1 ed. São Leopoldo: Oikos,2011.

BANIWA, G. **EDUCAÇÃO ESCOLAR INDÍGENA: ESTADO E MOVIMENTOS SOCIAIS**. [s.l: s.n.]. Disponível em:

<<http://educa.fcc.org.br/pdf/faeeba/v19n33/v19n33a04.pdf>>. Acesso em: 20 nov.2024.

DOS SANTOS, Carlos R. Antunes. **A ALIMENTAÇÃO E SEU LUGAR NA HISTÓRIA: OS TEMPOS DA MEMÓRIA GUSTATIVA** Feeding and its place in history: the gustatorial memory period. v. 42, p. 11–31, 2005. Disponível em: [Historia\\_42.pdf \(semanticscholar.org\)](https://www.semanticscholar.org/History_42.pdf). Acesso em: 20 nov.2024.

FERREIRA, Camila pontes; LEITÃO, Luciney aráújo. **O PAPEL DO ESTADO FRENTE À EFETIVAÇÃO DO DIREITO ORIGINÁRIO SOBRE AS TERRAS TRADICIONAIS E A PRÁTICA ILEGAL DO GARIMPO: UM ESTUDO SOBRE A CONSTITUCIONALIDADE DO ARTIGO 231**. Disponível em: <<https://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/diversidadehumana/article/view/1928/1552>> . Acesso em: 20 nov. 2024.

TOLEDO, Andrea D'Agosto. **Promoção da alimentação saudável no ambiente escolar: avaliação do Programa Horta Educativa em escolas estaduais de São Paulo**. 2021. Tese (Doutorado em Nutrição em Saúde Pública) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021.

Disponível em:

[https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6138/tde-09032021-095532/publico/Toledo\\_ADA\\_DR\\_R.pdf](https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6138/tde-09032021-095532/publico/Toledo_ADA_DR_R.pdf) Acesso em: 5 out.2024.

JUNIOR, Lucimar da Silva Pereira, et al. DESAFIOS E AVANÇOS NA EDUCAÇÃO ESCOLAR INDÍGENA NO BRASIL. **Revista Farol**, Rolim de Moura – RO, v. 20, n. 20, p. 147-154, dez.2023. Disponível em: [DESAFIOS E AVANÇOS NA EDUCAÇÃO](#)

[ESCOLAR INDÍGENA NO BRASIL | da Silva Pereira Junior | Revista FAROL](#). Acesso em: 20 nov.2024 .

SANTOS, Ilma de Jesus; LINHARES, Ronaldo Nunes. O PNAE E A SEGURANÇA ALIMENTAR EM TERRAS INDÍGENAS. **Revista Ibero- Americana de Humanidades, Ciências e Educação-REASE**. São Paulo, v.10.n.03.mar.2024. Disponível em: [Vista do O PNAE E A SEGURANÇA ALIMENTAR EM TERRAS INDÍGENAS \(periodico erase.pro.br\)](#). Acesso em: 20 nov.2024.

REIS, Juliani Menezes dos; ROZADOS, Helen Beatriz Frota. O livro digital: histórico, definições, vantagens e desvantagens. Seminário Nacional de Bibliotecas Universitárias (19.: 2016 out. 15-21: Manaus, AM). Anais. Manaus, AM: UFAM, 2016., 2016. Acesso em: 11 nov.2024. Disponível em: [O livro digital: histórico, definições, vantagens e desvantagens. - Repositório - FEBAB](#)

BRASIL. Caderno de Legislação 2023. PNAE/Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Presidência da República Casa Civil/Subchefia para Assuntos Jurídicos**, p.300, março/2023. Disponível em: [https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-cartilhas/copy\\_of\\_Cadernodelegislao\\_PNAE\\_2023.pdf](https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-cartilhas/copy_of_Cadernodelegislao_PNAE_2023.pdf). Acesso em: 04 dez.2024.

NERO, Dario da Silva Monte *et al.* O Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae) a partir da sua gestão de descentralização. Ensaio: aval. pol. públ. Educ, Rio de Janeiro, v.31, n.118, p. 1-23, jan./mar. 2023. Disponível em: [scielo.br/j/ensaio/a/pfb3x4Dy3kCzLYHHFYCCB9d/?format=pdf&lang=pt](https://scielo.br/j/ensaio/a/pfb3x4Dy3kCzLYHHFYCCB9d/?format=pdf&lang=pt). Acesso em: 06 dez.2024.

LAROQUE, Luís Fernando da Silva *et al.* Ambiente e cultura Kaingang: saúde e educação na pauta das lutas e conquistas dos Kaingang de uma terra indígena. **Educational Review**, Belo Horizonte, v.29,n.2, p.252-275, jun.2013. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/edur/a/HgxW9m9cDfmB3bsGBb6Yj5R/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em 06 dez.2024.

DA SILVA, Antonio Carlos Barbosa *et al.* Debates sobre culturas alimentares: conversa em torno da cultura alimentar brasileira. **Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade**, Foz do Iguaçu, V. 04, nº 03, p.1-16, set./dez.2018. Disponível em: <https://periodicos.claec.org/index.php/relacult/article/view/677/601>. Acesso em: 09 dez.2024.

DA SILVA, Antonio Carlos Barbosa *et al.* Cultura Alimentar na Escola. **Semina**, Londrina, v. 44, n. 2, p. 153-162, jul./dez. 2023. Disponível em: <2-+CULTURA+ALIMENTAR+NA+ESCOLA - Documentos Google>. Acesso em: 09 dez.2024.

BERTOLI, Júlia Maia. E-book de receitas vegetarianas para alimentação escolar.2023.Trabalho de Conclusão de Curso ( Graduação em Nutrição)-Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul,Porto Alegre,2023. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/258489/001167454.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 09 dez.2024.

FERREIRA, Bruno. **ÛN SI AG TÛ PË KI VËNH KAJRÃNRÃN FÃ: O PAPEL DA ESCOLA NAS COMUNIDADES KAINGAN**. 2020.Tese (Programa de Pós-graduação em Educação)- Faculdade de Educação, UFRGS, Porto Alegre,2020. Disponível em: <001123153.pdf> . Acesso em: 21 nov.2024.

DE ARAÚJO, Telles Vinícius Machado. **ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR INDÍGENA: UMA PROPOSTA DE SEQUÊNCIA DIDÁTICA**. Altamira-PA 2021.

**Kaingang - Povos Indígenas no Brasil.** Disponível em:

<<https://pib.socioambiental.org/pt/Povo:Kaingang>> Acesso em: 19 nov.2024.

FIGUEIREDO, Rebeca Sakamoto. **AVALIAÇÃO DA GESTÃO DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR INDÍGENA OFERTADA NO ESTADO DO AMAZONAS.** 2023. Dissertação (Pós-Graduação em Ciência da Saúde)- Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação, Faculdade Federal do Amazonas, Manaus-AM, 2023.

Disponível em:

[DISSe Rebeca Figueiredo PPGCIS.pdf](#). Acesso em: 09 dez.2024.

SPERB, Amanda Souza Silva *et al.* (org.). **Receitas Alimentação Escolar Rio Grande do Sul.** CECANE/UFRGS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL. 1ª Edição. Porto Alegre. 2023. Disponível em: [E-book receitas \(Capa para eBook\)](#). Acesso em: 09 dez.2024.

REMPEL, Claudete *et al.* (org.). **Desafios da**

**Sustentabilidade.** 1ªed. Lajeado: Univates, 2021. Disponível em: [pdf 350.pdf](#). Acesso em: 09 dez.2024.

JACINTO, Kesia Valderis *et al.* COMIDAS TÍPICAS KAINGANG E O ENSINO DE CIÊNCIAS NA EDUCAÇÃO INDÍGENA. **Ethnoscintia - Brazilian Journal of Ethnobiology and Ethnoecology**, v. 7, n. 2, p. 35–51, 2022. Disponível em: [COMIDAS TÍPICAS KAINGANG E O ENSINO DE CIÊNCIAS NA EDUCAÇÃO INDÍGENA | Jacinto | Ethnoscintia - Brazilian Journal of Ethnobiology and Ethnoecology](#). Acesso em: 4 dez. 2024.

Conselho Federal de Nutricionistas – CFN. Resolução CFN nº 465, de 23 de agosto de 2010. Dispõe sobre as atribuições do Nutricionista, estabelece parâmetros numéricos mínimos de referência no âmbito do Programa de Alimentação Escolar (PAE) e dá outras providências. Diário Oficial da União. Brasília, DF, 23 de agosto de 2010.

Disponível em:

[cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/resolucoes\\_old/Res\\_465\\_2010.htm](http://cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/resolucoes_old/Res_465_2010.htm). Acesso em: 6 dez.2024.