



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DA BAHIA
CAMPUS REITOR EDGARD SANTOS
CENTRO DAS CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

DEBORAH DE SOUSA TELES

**HÁBITOS ALIMENTARES DO BRASIL: UMA ABORDAGEM SOBRE AS
INFLUÊNCIAS DA ALIMENTAÇÃO DO BENIM**

**BARREIRAS - BA
2023**

DEBORAH DE SOUSA TELES

**HÁBITOS ALIMENTARES DO BRASIL: UMA ABORDAGEM SOBRE AS
INFLUÊNCIAS DA ALIMENTAÇÃO DO BENIM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso
Bacharelado em Nutrição da Universidade Federal do
Oeste da Bahia como requisito à obtenção do título de
bacharel em Nutrição

Orientadora: Profa. Ma. Debora Cruz Porcino

**BARREIRAS - BA
2023**

FICHA CATALOGRÁFICA

T269 Teles, Déborah de Sousa.

Hábitos Alimentares do Brasil: uma abordagem sobre as influências da alimentação do Benim. / Déborah de Sousa Teles. – 2023.

26f.

Orientador: Prof. Ms. Debora Cruz Porcino.

Artigo (Graduação) – Bacharelado em Nutrição. Universidade Federal do Oeste da Bahia. Centro das Ciências Biológicas e da Saúde. Barreiras, BA, 2023.

1. Hábitos Alimentares. 2. Benim. 3. Brasil. 4. Alimentação. I. Porcino, Debora Cruz. II. Universidade Federal do Oeste da Bahia - Centro das Ciências Biológicas e da Saúde. III. Título.

CDD 613.2

Biblioteca Universitária de Barreiras - UFOB

Dedico à memória de todos os que tiveram noites tão fundas num porão de um navio negreiro, numa viagem tão longa, ouvindo o batuque das ondas compasso de um coração de pássaro no fundo de um cativo.
Yá Yá Maseмба - Maria Bethânia (adaptado)

Agradecimentos

A escrita deste trabalho se iniciou em um dos momentos mais difíceis da minha vida e concluí-lo agora é concretizar o trecho de uma das minhas canções preferidas do cantor Emicida: “permita que eu fale, não as minhas cicatrizes”. Neste trabalho expressei uma das coisas que mais me fascinam na Nutrição, o estudo da cultura alimentar, as minhas cicatrizes não sobressaíram a minha voz. E tudo isso só foi possível graças a estas ilustres pessoas:

Agradeço a Deus, que me deu a coragem e força necessárias para chegar até aqui.

À Alê, minha incentivadora, a pessoa que segura minha mão todo dia e me fez acreditar que isso aqui seria possível, a responsável pela minha paixão por acarajé. Poucas pessoas possuem o privilégio de encontrar alguém como você, que bom que eu o tive.

Aos meus pais, Figênia e João, que sempre me mostraram o valor da educação e fizeram de tudo para que essa graduação fosse possível, a eles eu devo tudo. Obrigada por acreditarem em mim e por me ensinarem sobre o amor verdadeiro.

À minha orientadora e amiga, Debora Cruz Porcino, com quem eu divido mais que o nome, divido boas histórias. Agradeço a você que assim como uma mãe, corrigiu “dentro de casa” e defendeu fora dela. Graças a você, eu encontrei o meu lugar na Nutrição. Obrigada por tudo, Debinha.

À Fatinha, a quem eu sou muito grata e tenho muito amor e admiração, obrigada por ter me ensinado sobre a comida da diáspora africana, coisas que eu jamais aprenderia nos livros.

À Jhenyfer Priscila e Heitor, meus dois amores. Agradeço por todo amor, apoio e incentivo. Sou feliz por ter vocês e agora a Aurora Maria, que veio para compor nosso agora quarteto.

Aos “tuiteiros”, meus amigos fiéis, que sempre estiveram comigo, nos dias bons e ruins. Feliz é a pessoa que encontra amigos preciosos como vocês. Obrigada por não me deixarem desistir. Eu amo vocês, Alexia, Augusto, Eduardo, Heric, Isla, Michele e Paloma.

Aos meus companheiros da vida acadêmica, Michele, Augusto e Heric. Sei que já mencionei vocês antes, mas quero aqui reforçar o meu amor e gratidão. Sem vocês a graduação teria sido um fardo bem pesado.

À Flávia e Andressa pelo apoio e conselhos nos momentos necessários.

Aos meus alunos do acompanhamento escolar, que conquistaram meu coração, me ensinando tantas coisas que fogem da ementa de qualquer plano pedagógico, obrigada por serem minha companhia nos dias difíceis.

Uma pessoa não consegue nada sozinha, sem vocês isso aqui não seria possível. A todos a minha mais sincera gratidão!

HÁBITOS ALIMENTARES DO BRASIL: UMA ABORDAGEM SOBRE AS INFLUÊNCIAS DA ALIMENTAÇÃO DO BENIM

Déborah de Sousa Teles¹
Debora Cruz Porcino²

¹ Graduanda do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Bahia - UFOB

² Mestra em Nutrição pela Universidade Federal da Bahia, Brasil (2014). Professora Adjunta da Universidade Federal do Oeste da Bahia, Brasil. Nutricionista pela Universidade Federal da Bahia, Brasil. Voluntária do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Alimentação e Cultura, Brasil.

Correspondência:

Déborah de Sousa Teles

e-mail: deborahteles@ufob.edu.br

Debora Cruz Porcino

e-mail: debora.porcino@ufob.edu.br

RESUMO

Introdução: A alimentação é uma prática que exterioriza as relações, dessa maneira, os hábitos alimentares de um povo, se caracterizam como um conjunto de práticas que comumente se repetem ao longo do tempo. A construção do hábito alimentar brasileiro possuiu a influência de três povos, sendo eles os europeus, os indígenas e os africanos. Esse trabalho foca no papel do Benim, país que teve destaque no tráfico transatlântico de escravos, e as influências beninenses para as colaborações na cultura e identidade alimentar brasileira. Objetivo: Analisar as influências da alimentação do Benim para a formação dos hábitos alimentares do Brasil, apontando semelhanças entre a alimentação dos dois países. Metodologia: Trata-se de um estudo etnográfico em caráter digital, em que o contato com o campo se deu por meio de conteúdos audiovisuais, usando como base documentários baseados em livros e que descrevem a realidade desses países. Resultados e Discussões:

Percebe-se, portanto, que a relação entre Benim e Brasil é diaspórica, em que o país sul-americano recebe como herança africana influência nas esferas da sua formação cultural e social, bem como, é possível perceber a identidade em comum entre os alimentos e preparações destes países com os consumidos aqui no Brasil. Conclusão: Considera-se, assim, que o Benim influencia muitos aspectos da identidade brasileira, como alimentação, cultura, hábitos alimentares, modo como se come e relação da comida com as religiões de matriz africana, colaborando com a formação e manutenção da identidade alimentar brasileira.

Palavras - chave: Hábitos Alimentares; Benim; Brasil; Alimentação; África.

INTRODUÇÃO

A alimentação é uma prática que exterioriza as relações sociais, os valores e a história do indivíduo e dos grupos aos quais ele faz parte, exercendo implicações diretas na saúde e na qualidade de vida (BRASIL, 2012). Ela, ainda, constitui uma espécie de "janela com vista" através da qual se pode observar, conhecer e procurar compreender a articulação de um emaranhado cultural mais amplo (CONTRERAS E GARCIA, 2015).

Nesse sentido, os hábitos alimentares de um povo, se caracterizam como um conjunto de práticas que comumente se repetem ao longo do tempo, podendo ser resistentes ao processo de mudança ou ressignificados a partir da convivência com novas culturas e hábitos (PACHECO, 2008). Assim, a alimentação contribui na manutenção identitária na sociedade onde estes indivíduos estão inseridos.

Bem como a alimentação, outras representações identitárias se conectam com ações cotidianas como festas, linguagem e religião. Muitas relações de sociabilidade se estruturam através da comida, que promove a sustentação cultural e a identidade de um grupo (SILVA, 2016); (MACIEL, 2010). Esse hábito alimentar compartilhado entre os pares, pode ser tido como as interações de um povo com o que, com quem e como se come, que por serem frequentes, se tornam parte da identidade alimentar e cultural deste povo. Ele pode se caracterizar também como à adoção de práticas relacionadas aos costumes adquiridos tradicionalmente e que são passados entre as gerações (FREITAS, 2011).

Dessa maneira, a construção do hábito alimentar brasileiro possuiu a influência de três povos, sendo eles os europeus, os indígenas e os africanos. Os alimentos que aqui chegavam de Portugal e dos mais diversos países da África, passaram a compor o prato dos habitantes do Brasil colonial. A continuidade do uso destes alimentos é o que Cascudo (1967) aponta como um dos fatores que influenciou a construção do hábito alimentar deste país. Assim, essa construção pode contar com a contribuição de diferentes etnias, possibilitando que os hábitos alimentares brasileiros fossem formados a partir de diversas identidades.

No que se refere às contribuições das pessoas oriundas do continente africano, esse trabalho foca no papel do Benim, país que teve destaque no tráfico transatlântico de escravos para o Brasil (BEVILACQUA, 2012). Na hierarquia de trabalhos realizados na colônia, o da cozinha era destinado às mulheres, sendo muitas delas africanas, que ao cozinhar, incorporaram em suas preparações os

alimentos oriundos da África, uma vez que, além de pessoas, as embarcações traziam também gêneros alimentícios (PAIVA, 2017). Ao serem retirados de seu país, os beninenses trouxeram para as terras brasileiras sua cultura, suas crenças e seus hábitos alimentares.

Nessa nova realidade, os indivíduos foram submetidos a novas vivências, mas por vezes conseguiram atrelar a ela aspectos de suas próprias identidades (ALTOÉ, 2018). Alguns desses aspectos foram incorporados através de comidas, e estas, fazem parte da alimentação do povo brasileiro, conhecê-los, saber de suas origens e como aqui se estabeleceram é fundamental para a compreensão do processo de construção dos hábitos alimentares no Brasil.

Assim, ao considerar as relações entre o Benim e o Brasil e a presença de muitos escravizados beninenses em terras brasileiras, é reforçada a necessidade de abordagens referentes à importância de países africanos como o Benim na construção dos hábitos alimentares do Brasil. As influências beninenses serão abordadas aqui, se referindo as colaborações na cultura e identidade alimentar brasileira. Com base nisso, este estudo objetiva analisar as influências da alimentação do Benim para a formação dos hábitos alimentares do Brasil, apontando semelhanças entre a alimentação dos dois países.

METODOLOGIA

Natureza do Estudo

Trata-se de um estudo etnográfico em caráter digital, em que o contato com o campo se deu por meio de conteúdos audiovisuais. Esse tipo de pesquisa tem se desenvolvido como base investigativa desde o final dos anos 1990, em razão dos avanços tecnológicos da *internet* (FERRAZ, 2019). Segundo Davel et. al (2019), o conteúdo audiovisual tem sido utilizado na etnografia desde seu início, isso quando em 1895, Felix-Louis Regnault filmou uma mulher senegalesa confeccionando cerâmica.

Sobre a produção audiovisual no contexto de pesquisa etnográfica, Davel et. al (2019) ainda afirma “trata-se de obras artísticas que revelam representações culturais, traduzindo consciências coletivas e imaginários das sociedades situadas espaço-temporalmente no contexto em que são produzidas”. Para além das inovações e possibilidades que trazem a internet, outro fator influenciou o uso dessa

metodologia, a pandemia da covid-19 fez surgir a necessidade de adaptação dos métodos por parte de alguns pesquisadores. Com o distanciamento social necessário para evitar a propagação do vírus, a viagem de campo passou a ser por um bom tempo inviável para estudos antropológicos tradicionais. Além disso, é comum na cultura africana que a transmissão de conhecimento seja através da oralidade, em razão disso, houve a dificuldade em encontrar material escrito que retratasse a cultura beninense, um exemplo é o livro *“High on the Hog: A Culinary Journey from Africa to America”*, que mesmo sendo um material escrito que aborda a cultura alimentar beninense e a comida da diáspora, não foi encontrado em uma versão em português, o que reforçou a procura por outras fontes de conhecimento como os materiais audiovisuais para analisados.

Neste trabalho, observaremos o território, tradições, cultura alimentar e comensalidade de dois países: Benim e Brasil. Esses espaços serão visitados a partir de incursões digitais usando como base documentários baseados em livros e que descrevem a realidade desses países. São eles: *“High on the Hog: How African American Cuisine Transformed America”* (2021), baseada no livro *“High on the Hog: A Culinary Journey from Africa to America”* (2011) da escritora afro-americana Jessica B. Harris, a série *“História da Alimentação no Brasil”* (2020), baseada na obra com mesmo título do historiador Luís da Câmara Cascudo (1967) e a série *“Sankofa - A África Que te Habita”* (2020).

Material analisado

Em primeira análise, a série documental *“High on the Hog: How African American Cuisine Transformed America”* está disponível na plataforma de streaming *Netflix*, possui 1 temporada com 4 episódios, tendo duração média de 52 minutos por episódio. O trabalho etnográfico foi realizado a partir da assimilação do primeiro episódio, intitulado *“Nossas Raízes”*, que trata da temática de interesse.

Outrossim, a série documental *“História da Alimentação no Brasil”* (2020), disponível na plataforma de streaming *Amazon Prime*, possui 13 episódios, com duração média de 26 minutos por episódio. Nesta obra audiovisual, cada episódio aborda sobre um alimento introduzido na alimentação brasileira por um dos três povos, indígena, africano ou europeu. Posto isso, o presente trabalho propôs analisar os episódios 6,7 e 8, intitulados *Leite de Coco*, *A História do Cuscuz* e *Dieta*

Africana, respectivamente, por tratarem da temática de interesse, como consta na tabela 1 presente nos resultados.

A fim de melhor conhecer os aspectos culturais e identitários dos principais países que participaram da diáspora africana, visando um conhecimento mais amplo sobre o campo de pesquisa, foi analisada a série documental “Sankofa - A África Que te Habita” disponível na plataforma de streaming Netflix. O material possui 1 temporada com 10 episódios de em média 25 minutos, sendo aqui analisado o episódio que trata do país de interesse, Benim.

Análise de conteúdo

A análise do material se deu entre os meses de agosto e novembro do ano de 2022, onde foram assistidos todos os episódios das referidas séries documentais e aplicados os seguintes critérios de inclusão e exclusão: foram excluídos episódios que não tratavam do tema de interesse e incluídos os episódios que abordam a respeito da alimentação beninense e/ou africana, os modos de comer, a relação do uso dos alimentos nas expressões religiosas.

Foi realizada uma primeira apreciação do material audiovisual, onde foram feitas anotações sobre pontos centrais das séries documentais que atendiam ao objetivo proposto neste trabalho. A partir disso, houve uma segunda apreciação do material, esta mais aprofundada, tendo sido assim eleitas as seguintes categorias de análise: 1 - Apresentação das séries documentais; 2- Alimentos, preparações e modos de preparo; 3- Como se come; 4- Relações entre a comida e religião.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Apresentação das séries documentais

As produções audiovisuais possuem como característica em comum a apresentação dos alimentos e das preparações em diferentes espaços de comensalidade, desde feiras e residências a restaurantes tradicionais e modernos, cada um de sua forma demonstrando aspectos da identidade cultural dos locais através da alimentação. Na tabela 1 consta descrição dos episódios.

Tabela 1: Descrição dos episódios como consta nas plataformas de *streaming* em que cada série está disponível

Série	Episódio	Duração	Descrição do episódio
High on the Hog	Nossas Raízes	58 min.	“As raízes da culinária afro-americana estão no Benin, onde o quiabo e o inhame são fartos nos mercados”
História da Alimentação no Brasil	Leite de Coco	27 min.	“Em Salvador, mostra-se o preparo de um bobó de camarão e a moqueca baiana”
História da Alimentação no Brasil	A História do Cuscuz	25 min.	“Preparação do cuscuz de milho, onde mostra a grande variedade de cuscuz presentes no Brasil e na África”
História da Alimentação no Brasil	Dieta Africana	28 min.	“Produção caseira do azeite de dendê no Recôncavo baiano, adentrando ainda ao mundo das comidas de terreiro, marca do sincretismo religioso afro-brasileiro”
Sankofa - A África Que te Habita	Benim	25 min.	“São vistos rituais raros no Benim e visitados descendentes de um brasileiro negro que ficou rico com o tráfico de escravos.”

No primeiro episódio da série “*High on the Hog: How African American Cuisine Transformed America*” (Da África aos Estados Unidos: Uma Jornada Gastronômica), intitulado “Nossas Raízes” o escritor Stephen Satterfield visita o Benim juntamente com a escritora Jessica B. Harris. O escritor afro-americano possui como itinerário locais que de alguma forma se relacionam com a cultura alimentar beninense e com a diáspora africana. Foram visitados os seguintes espaços de comensalidade: o mercado de *Dantokpa* na cidade de Cotonou, maior cidade do Benim; restaurante tradicional beninense *Saveurs du Bénin* (Sabores do Benim); um restaurante beninense moderno, mas com preparações que resgatam a alimentação tradicional do país; a cidade flutuante de *Ganvie*; a galeria de arte e residência do artista plástico Romuald Hazoumè.

Por sua vez, a série História da Alimentação no Brasil se baseia no livro do historiador Luís da Câmara Cascudo, que entre os anos de 1943 a 1962 viajou pelo Brasil buscando conhecer um pouco mais a respeito dos hábitos alimentares deste país e a origem de alguns alimentos e modos de preparo como eles se

estabeleceram no Brasil. Cada um dos 13 episódios se refere a um alimento ou preparação que faz parte da cultura alimentar do Brasil.

No decorrer da série o narrador costuma ler trechos do livro de Cascudo que se associam com o alimento/preparação que está sendo exibido, é comum também a visita a feiras livres por todo o Brasil, bem como entrevistas com chefs de cozinha especialistas na alimentação portuguesa, indígena ou africana, bem como historiadores e antropólogos que se debruçam no estudo da cultura alimentar desses três povos.

Segundo um provérbio tradicional aos povos de língua Akan, da África Ocidental, Sankofa é o mesmo que “não é tabu voltar atrás e buscar o que esqueceu” (Fiocruz, 2018). Tal tradução se assemelha com o que é proposto na série “Sankofa - A África Que te Habita”, onde o fotógrafo afrodescendente César Fraga e o professor Maurício Barros visitam 9 países da África, dentre eles o Benim, que participaram da diáspora africana, a fim de visitá-los e conhecer melhor sobre a identidade e a cultura dos países que contribuíram para a formação cultural e identitária do Brasil.

Para Duarte (2012), nas sociedades tradicionais africanas as narrativas orais configuram os pilares onde se apoiam os valores e as crenças transmitidas pela tradição, assim, existe uma escassez de materiais escritos, e a transmissão tradicional de conhecimento é pautada na oralidade, o que difere de culturas como a europeia e de outros povos brancos, por isso as séries documentais se mostraram importantes aliadas para a obtenção dos resultados encontrados.

A relação entre Benim e Brasil é diaspórica, em que o país sul-americano recebe como herança africana influência nas esferas da sua formação cultural e social. A região onde hoje é localizado o Benim, outrora já recebeu o nome de Costa dos Escravos, em razão do grande número de africanos que dali foram retirados para serem escravizados na América. Estima-se que oficialmente, o tráfico de escravos movimentou cerca de 12 milhões de africanos, muitos deles beninenses, em direção ao Brasil. Passado o período de escravidão, muitos desses povos tentaram retornar aos seus países de origem, alguns com êxito, como é o caso do povo beninense conhecido como Agudás, que se firmou no Benim em uma matriz social com influência brasileira (SANKOFA, 2020).

Para Moreira (p.23, 2010), comensalidade é “[...] conviver à mesa, e isso envolve não somente o padrão alimentar ou o quê se come, mas principalmente,

como se come.” e ainda afirma que a comensalidade (p.23) “[...] torna-se um dos fatores estruturantes da organização social.” Dessa maneira, os espaços de comensalidade apreciados nos materiais audiovisuais, apontam aspectos relacionados não somente à forma como se come ou o que se come, mas também revela características relacionadas à estrutura social de um povo.

Alimentos, preparações e modos de preparo

À luz do que foi analisado a respeito dos alimentos, preparações e modos de preparo presentes nos dois países, percebe-se semelhanças entre eles no que diz respeito a essa categoria de análise conforme mostra a tabela 2.

Tabela 2: Comparativo entre alimentos observados nas séries High on the Hog e História da Alimentação no Brasil

Alimento	Série	High on the Hog	História da Alimentação do Brasil
Quiabo		Presente na feira de Dantokpa	Presente em preparações e feiras
Inhame		Presente na feira de Dantokpa e em preparações como purê de inhame no restaurante <i>Saveurs du Benin</i>	Mencionado como alimento comum no continente africano
Abacaxi		Presente na feira de Dantokpa	Presente no decorrer do episódio
Feijão fradinho		Presente em muitas preparações tradicionais no Benim	Ingrediente base para preparo bolinho de acarajé
Pimenta		Presente em muitas preparações	Presente em muitas preparações
Camarão		Presente na feira de Dantokpa e em muitas preparações no decorrer da série	Presente em preparações como moqueca, bobó, acarajé e como oferenda ao orixá Omolu
Arroz		Presente na feira de Dantokpa e como acompanhamento de muitas preparações	Um dos alimentos oferecidos ao orixá Omolu
Tomate		Ingrediente de muitas preparações no decorrer da série	Presente nas feiras mostradas na série
Melancia		Presente no decorrer do episódio	Presente no decorrer dos episódios

Cebola	Presente na feira e em preparações	Presente em muitas preparações
Coco	Presente em preparações	Presente em preparações e feiras
Maxixe	Não foi visto	Presente em preparações
Laranja	Não foi visto	Presente em feiras no decorrer dos episódios
Mandioca	Presente em preparações	Presente em preparações e feiras
Azeite de dendê	Presente em muitas preparações	Presente em muitas preparações
Moqueca	Não foi visto	Preparação muito presente no decorrer da série
Farinha de milho	Presente em preparações	Presente em preparações
Frango	Presente em preparações e feiras	
Banana	Presente na mesa do artista Romuald em Porto Novo	Presente em feiras e residências
Caju	Não foi visto	Presente em feiras e residências
Peixe	Presente em muitas preparações	Presente em muitas preparações
Kan nan (feito de milho)	Presente na mesa do artista Romuald em Porto Novo	
Cuscuz de milho	Não foi visto	Muito presente na série

Como mostra a tabela acima, os alimentos que mais se mostraram como característicos da cultura alimentar do benim foram: quiabo, inhame, melancia, abacaxi, feijão fradinho, pimenta, banana, camarão, arroz e tomates. Além desses alimentos, foram apresentadas algumas preparações como o *amiwo*, feito com farinha de milho e tomate, *igname pilee* (purê de inhame), o *piron maki* com abacaxi e coco, uma variação do *piron*, receita que é feita com farinha de mandioca e a *councada*, que feita com amendoim, açúcar e óleo.

No Brasil, a bebida vegetal leite de coco, por sua vez, tem seu uso em receitas culinárias tradicionais da cozinha baiana, influenciada pela cultura alimentar africana, como a moqueca, que leva leite de coco, azeite de dendê, tomate e frutos do mar, como o exemplo do camarão e do peixe (tabela 2). Já o cuscuz, prato muito apreciado principalmente no Nordeste brasileiro é prato tradicional dos povos

mouros, visto no Brasil como comida de negro, vendida em tabuleiro e que hoje faz parte da identidade alimentar brasileira (CASCUDO, 1967).

Ao adentrar as terras brasileiras, os negros escravizados mostravam preferência por alguns alimentos, quando raras vezes podiam escolher, estes optavam pelo consumo da banana e do inhame, alimentos que já faziam parte de seus hábitos alimentares em países como o Benim, por exemplo. Quando nas fazendas, submetidos às vontades dos senhores, no século XVIII o pintor Rugendast descreveu que era comum ser oferecido aos escravizados farinha de mandioca, feijão, carne seca, toucinho e banana. Debret, por sua vez, descreve que farinha seca umedecida pelo sumo de banana e laranjas era comum na dieta dos cativos. Alimentos como o quiabo também foram vistos no decorrer da série História da Alimentação no Brasil (2020) em uma feira de Salvador - Bahia, sendo apresentado de forma muito semelhante ao quiabo visto na feira de Dantokpa no Benim (História da Alimentação do Brasil, 2020).

Nessa linha, é possível comparar características climáticas que são semelhantes ou parecidas entre os dois países, que justifiquem o cultivo de alimentos em comum. Ambos possuem clima tropical úmido com regime de chuvas sazonais, marcado por duas épocas do ano, uma mais seca e outra mais chuvosa (IBGE, 2022). De acordo com Alberto da Costa e Silva (p.155, 2008) “[...] os africanos sabiam como trabalhar os solos dos trópicos e introduziram aqui muitos vegetais [...]”. Com isso, percebe-se que essa habilidade de dominar as técnicas para o manuseio do solo brasileiro, se relaciona com o conhecimento prévio deste solo, uma vez que o clima brasileiro e o africano são semelhantes.

Ao falar sobre a dieta africana, Alberto da Costa e Silva (2020) afirma que os africanos vieram para o Brasil forçados, mas ao chegar, fizeram desta a terra deles, sendo aqui chamados de crioulos, os donos da terra. Segundo a cozinheira soteropolitana Angélica Moreira (2020), que trabalha com a comida da diáspora africana, ao buscar pratos tradicionais de países da África para incrementar as receitas em seu restaurante, é possível perceber a identidade em comum entre os alimentos e preparações destes países com os consumidos aqui no Brasil, não havendo dificuldade em encontrar aqui temperos e ingredientes que os cozinheiros africanos utilizam.

A comida africana costuma ser rica em vegetais, frutas e raízes. No Brasil, essa dieta é melhor representada na Bahia, mais especificamente no Recôncavo,

onde a cultura africana se mostra na alimentação, na identidade e na religiosidade, como mostrado na tabela 2 (MASSULA, 2020). Os africanos sabiam trabalhar o solo brasileiro, e por isso não tiveram dificuldade de cultivar aqui os alimentos que vinham com os navios negreiros. A contribuição africana é tamanha, que pratos hoje característicos da culinária brasileira, são na verdade africanos, nos quais a presença desses vegetais, frutas, legumes e raízes comuns à dieta africana são notados, como é o caso do quiabo no caruru, do feijão fradinho no bolinho de acarajé, do leite de coco na moqueca, do dendê, do inhame e da pimenta, que compõem a identidade da comida dita baiana, mas que na verdade é africana (COSTA E SILVA, 2008).

A respeito desta troca intercontinental de alimentos e preparações, o historiador Alberto da Costa e Silva (2020), afirma que o Brasil mudou a alimentação na África, acrescentando a mandioca e o milho, ao passo que a manga, o quiabo, o azeite de dendê, a pimenta malagueta, pimenta de cheiro, maxixe e o jiló (tabela 2) também cruzaram o Atlântico com destino ao Brasil, com estes alimentos também vieram seu modo de preparo. A partir do comparativo exposto na tabela 2, fica evidente a presença de alguns desses alimentos mencionados por Silva, consumidos *in natura* (BRASIL, 2014), ou empregados em preparações como o amiwo, que é feito a base da farinha do milho, encontrado no Brasil, ou ainda o acarajé, que possui o quiabo, o camarão e o feijão fradinho encontrados no Benim.

Como se come

Nos cenários apresentados nos documentários, não foram identificadas pessoas usando talheres durante suas refeições. Nos espaços de comensalidade observados, muitas preparações eram apreciadas com as mãos, tanto nos restaurantes, como nas residências. No *Saveurs du Bénin*, antes de consumir o *igname pilee*, os comensais higienizam as mãos com água, trazida pela garçonete, para que assim possam degustar a preparação com as mãos.

Acredita-se que até o final do século XV, os alimentos eram consumidos com as mãos, ou com colheres, mas em razão das modificações das etiquetas à mesa que passaram a ser adotadas na Europa, o uso de garfo e faca começou a ser comum em continentes onde os europeus se estabeleceram (NISHIMURA; QUEIROZ, 2016). Assim, o estilo de vida eurocêntrico, passa a associar o ato de

comer com as mãos à falta de boas maneiras à mesa, desconsiderando a cultura e relação com a comida já estabelecida em outros continentes.

De acordo com o antropólogo Raul Lody (2022), em razão da textura, temperatura e cheiro, alguns alimentos e preparações só podem ser consumidos com as mãos, trazendo a tona ainda um hábito comum da infância, o de comer um bolinho amassado com a mão, feito de feijão e farinha de mandioca. Outro exemplo citado por Lody se refere às comidas afrodescendentes: abará, acarajé, acaçá e cocada, que são tradicionalmente comercializadas nos tabuleiros das Baianas e consumidas com as mãos.

De acordo com Moreira (2010), a comensalidade vem do latim “mensa”, que quer dizer “conviver a mesa”, indo muito além do que se come, mas como se come. Dessa forma, a comensalidade não está ligada apenas aos aspectos biológicos da existência do indivíduo, mas compõe a estrutura social da qual este indivíduo faz parte. Sobre isso, Moreira ainda afirma que “a alimentação revela a estrutura da vida cotidiana, do seu núcleo mais íntimo e mais compartilhado. A sociabilidade manifesta-se sempre na comida compartilhada.” (p. 23, 2010).

Assim, ao estudar a respeito dos hábitos alimentares de um grupo, o olhar deve estar também sob as práticas de comensalidade, perceptível em muitos momentos do material audiovisual, onde as refeições eram quase sempre feitas na companhia de outros, em casa, na casa de um conhecido, em restaurantes, ou ainda nas feiras - grandes espaços de comensalidade. De uma forma ou de outra, a personalidade do cotidiano desses indivíduos pode ser vista e compreendida através da comida que entre eles é compartilhada, comida esta que não se relaciona apenas à sua formação química e biológica, mas também a forma como se come e com quem se come.

Relações entre a comida e a religião

Dentro das religiões de matriz africana é comum que durante os rituais se faça oferendas de alimento às divindades. Os terreiros se mostram como esse espaço de comensalidade, onde o alimento serve ao corpo e ao santo. Para a yabassé (responsável pelo preparo do alimento no Candomblé) Carmen Virginia (2020), a comida no terreiro alimenta o orixá e a comunidade, enquanto a divindade se alimenta da energia, o alimento em si estará “enchendo a barriga das pessoas”.

É comum observar oferendas às divindades pelas ruas do Benim, onde se vê sacrifícios de animais a céu aberto e óleo de palma besuntado nas árvores como oferenda às entidades, mostrando uma estreita relação entre a alimentação e a religiosidade, em que a comida atua como forma de comunicação com os santos (SANKOFA, 2020). No Brasil, por sua vez, essas práticas religiosas costumam acontecer dentro dos terreiros, por pessoas iniciadas, mas tendo relação similar entre a religiosidade e a comida. O candomblé cultuado no Brasil, por exemplo, veio da nação africana Ketu (SANKOFA, 2020).

Nos navios negreiros, os africanos transportados não possuíam autonomia para trazer objetos que representassem a prática de sua religião. Ocasionalmente, alguns adornos chegavam a embarcar com alguns deles, no entanto, o que carregavam como conhecimento intelectual foi o que veio a transformar e criar novos aspectos à cultura brasileira. A religiosidade se mostra por fim, muito importante para a diáspora africana, uma vez que a dificuldade da travessia, a condição de escravizado e o desconhecimento do novo território são fatores que demandavam da força da fé como elemento de sobrevivência. Através dos terreiros se conservam ritos, práticas de cura, lições de vida e a relação com a comida (LIMA, 2018).

Toda tradição jeje-nagô, que influencia a prática do Candomblé, veio da região da Costa dos Escravos, o que influencia não só a religião, mas também a relação que os adeptos dessa prática religiosa possuem com o alimento, das oferendas aos jejuns que um iniciado precisa fazer nos dias que antecede um trabalho, a comida une comunidade e divindades (SANKOFA, 2020).

É notória a contribuição africana na formação da cultura, da identidade e dos hábitos alimentares do Brasil. Para Gilberto Freyre (2003), a formação do brasileiro, sob o ponto de vista da nutrição, tem como influência mais salutar o africano, seja através dos alimentos, em especial os vegetais, seja através de seu regime alimentar mais equilibrado que o dos brancos. De tudo foi explorado do negro no Brasil, da cultura à força de trabalho. Freyre (2003) afirma ainda que mesmo não tendo à sua disposição nenhum primor da culinária, o negro escravizado no Brasil, era o elemento da nossa sociedade melhor nutrido, passando para seus descendentes bons hábitos alimentares, sendo a Bahia um dos estados onde essa cultura mais se difundiu.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo como base o que foi exposto, conclui-se que é através da cultura e dos hábitos alimentares, que a distância geográfica entre o Brasil e o Benim se estreita. O Benim influencia muitos aspectos da identidade brasileira, como alimentação, cultura, hábitos alimentares, modo como se come e práticas de comensalidade - sendo muitos destes aspectos expressos através das religiões de matriz africana, que através das práticas religiosas preservam os laços entre o Brasil e alguns países da África. As trocas entre os dois países são reflexo da diáspora e da escravidão, onde beninenses foram capturados e trazidos para o Brasil trazendo sua cultura, tendo alguns retornado ao país africano, levando de volta o que aprenderam da cultura brasileira, interligando os dois países, de forma que estas se assemelhem ao ponto de dificultar muitas vezes a distinção do que é próprio da cultura de cada um dos países. Essa herança se faz muito perceptível na Bahia onde os processos culturais se assemelham no âmbito da alimentação, das preparações, do modo de comer e da relação dos indivíduos com a comida, colaborando com a formação e manutenção da identidade alimentar brasileira.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALTOÉ, Isabella; AZEVEDO, Elaine de. **Comida migratória: a cultura alimentar e as identidades de refugiados**. Revista del CESLA, n. 22, pp. 247-264, 2018.

ARAÚJO, F.M. de B. **Algumas Reflexões em Torno dos Conceitos de Campo e de Habitus na Obra de Pierre Bourdieu**. Rev. Perspectivas da Ciência e Tecnologia v.1, n.1, 2009.

BARBOSA, Isabela. **Entre o fogão e a ciência: a comida como objetivo de estudo na construção da cultura**. Revista Inter-Legere vol.2, n.25, Rio Grande do Norte, 2019.

BEVILACQUA, Juliana Ribeiro da Silva. **Algumas considerações sobre a História do Benin**. São Paulo: Museu Afro Brasil, 2012. Disponível em: <http://www.museuafrobrasil.org.br/docs/default-source/publica%C3%A7%C3%B5es/%C3%A1frica-%C3%A1fricas-bevilacqua-j-r-algumas-considera%C3%A7%C3%B5es-sobre-a-hist%C3%B3ria-do-benin-2012.pdf?sfvrsn=2> > . Acesso: 30 de Março de 2022.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica. – 1. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013. 84 p.

CASCUDO, Luís da Câmara. **História da Alimentação no Brasil**. Ed. Nacional, v.1, São Paulo, 1967.

CONTRERAS, Jesús; GRACIA, Mabel. **Alimentação, Sociedade e Cultura**. 2. ed. Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro. Editora FioCruz, 2015.

DAVEL, Eduardo Paes Barreto; FANTINEL, Letícia Dias; OLIVEIRA, Josiane Silva. **Etnografia Audiovisual: Potencias e Desafios na Pesquisa Organizacional**. Revista Organizações & Sociedade – v. 26, n. 90, p. 579-606, jul. /set. 2019

DEVLIN, U.M.; et.al. **O uso da análise de cluster para derivar padrões alimentares: considerações metodológicas, reprodutibilidade, validade e o efeito do relato errado de energia**. *Anais da Sociedade de Nutrição, Cambridge University Press*, v.71 ed.4, p. 599-609, 2012. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/proceedings-of-the-nutrition-society/article/usage-of-cluster-analysis-to-derive-dietary-patterns-methodological-considerations-reproducibility-validity-and-the-effect-of-energy-misreporting/41355011472DFF162B3A07A79FE746C6> Acesso: 13 de maio de 2022 às 22:48h.

DUARTE, Zuleide. **A tradição oral na África**. Estudos de Sociologia. Rev. do Progr. de Pós-Graduação em Sociologia da UFPE. v. 15. n. 2, p. 181 - 189, 2012.

FARIAS, José Airton de. **Indígenas no Brasil e povos da África: breves histórias** - 1. ed.- Fortaleza: Sistema Ari de Sá de Ensino, 2016.

FERRAZ, Cláudia Pereira. **A etnografia digital e os fundamentos da Antropologia para estudos em redes on-line**. *Aurora: revista de arte, mídia e política*, São Paulo, v.12, n.35, p. 46-69, jun.-set. 2019.

FREYRE, Gilberto. **Casa Grande & Senzala: Formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal**. 48º ed. Recife - Pernambuco: Global Editora, p. 14 - 375, 2003.

FIGUEIREDO, Nice. **Da importância dos artigos de revisão da literatura**. Revista Brasileira de Biblioteconomia e Documentação, São Paulo, v. 23, n. 1/4, p. 131-135, jan./dez. 1990.

FREITAS, MCS; MINAYO MCS, FONTES, GAV. **Sobre o campo da Alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas**. Ciência e Saúde Coletiva, 2011.

GUEDES, Juliana Rodrigues Dias. **Padrão Alimentar de Crianças Menores de dois anos de Centros Municipais de Educação Infantil**. Orientadora: Professora Dra. Claudia Choma Bettega Almeida. 2017. 125 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Alimentação e Nutrição - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2017. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/52879/R%20-%20D%20-%20JULI>

[ANA%20RODRIGUES%20DIAS%20GUEDES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

Acesso em 13 de maio de 2022 às 23:06h.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 11. ed. - Rio de Janeiro: DP & A, 2006.

HARRIS, Jessica B. **High on the Hog: A Culinary Journey from Africa to America**. London: Bloomsbury Publishing PLC, 2011.

HIGH on the Hog: How African American Cuisine Transformed America. Direção de Stephen Satterfield. Estados Unidos da América, Netflix, 2021.

HISTÓRIA da Alimentação no Brasil. Direção de Eugênio Puppó. Brasil: Prime Vídeo, 2020.

IBGE. **Mapas**. Disponível em: <https://mapas.ibge.gov.br/>. Acesso em: 15 de Setembro de 2022 às 13:15h.

LIMA, Alberto Montenegro. **A história na mesa: O olhar de Cronistas e Viajantes sobre os Hábitos Alimentares na América Portuguesa - Século XVI**. Dissertação de Mestrado - Programa de Pós-Graduação em História, Universidade Federal de Campina Grande. Campina Grande, 2019.

LODY, Raul. **Além do garfo**. Revista Algo Mais, Pernambuco, maio, 2022. Disponível em: <<https://algomais.com/alem-do-garfo-por-raul-lody/>>. Acesso em 15 de dezembro de 2022.

MACHADO, Hilka Vier. **A Identidade e o Contexto Organizacional: A Identidade e o Contexto Organizacional: Perspectivas de Análise**. Revista RAC, Maringá, 7 (spe), p.51-73, 2003.

MACIEL, Maria Eunice. **Uma cozinha à brasileira**. Estudos Históricos, n. 33, p. 25-39. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: <https://docero.com.br/doc/e15c058>

MACIEL, Maria Eunice. **Identidade Cultural e Alimentação**. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2005. p. 49 - 55. Disponível em: <<https://books.scielo.org/id/v6rkd/pdf/canesqui-9788575413876-03.pdf>>. Acesso em: 07 de março de 2022.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem**. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, v. 14, n.4, dezembro, 2008.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.). **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. Editora Vozes, 21ª ed, Petrópolis, Rio de Janeiro, 2002.

MOREIRA, Sueli Aparecida. **Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos**. Cienc. Cult. vol.62 n.4, São Paulo, 2010.

NISHIMURA, Jaqueline, Sayuri; QUEIROZ, Shirley Gomes. **Cultura material e alimentação: A evolução dos utensílios à mesa e a consolidação de comportamentos durante a refeição.** Revista Demetra, vol. 11, n.4, p. 951-964, 2016.

OLIVEIRA, Márcio de; KULAITES, Fernando. **Habitus Imigrante e Capital de Mobilidade: a Teoria de Pierre Bourdieu Aplicada aos Estudos Migratórios.** Rev. Mediações, Vol. 22 n. 1, p. 15-47, Londrina, 2017.

PACHECO, Sandra Simone Morais. **O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido.** Ed. EDUFBA, p. 422, 2008.

PAIVA, Maria do Carmo. **A presença Africana na Culinária Brasileira: Sabores Africanos no Brasil.** Trabalho de Conclusão de Curso (especialização). Universidade Federal de Juiz de Fora. Instituto de Ciências Humanas. 2017. Disponível em < <https://repositorio.uff.br/jspui/handle/uff/11216> > . Acesso em: 14 de março de 2022 às 11:36h.

SANKOFA: A África que te Habita. Direção de Rozane Braga. Brasil: Netflix, 2020.

SETTON, Maria da Graça Jacintho. **A teoria do habitus em Pierre Bourdieu: uma leitura contemporânea.** Revista Brasileira de Educação, n. 20, São Paulo, 2002.

SILVA, Alberto da Costa. **A África explicada aos meus filhos.** Editora Agir, Rio de Janeiro, 2008.

SILVA, Daniel Antônio Coelho. **Identidade e Migração: As Experiências dos Maranhenses Estabelecidos em São Gotardo - MG entre os Anos de 1992 a 2001.** 138 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2016. Disponível em < https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=3635272 > . Acesso em: 20 de abril de 2022.

SILVA-KLOTZ, Juliana; PRADO, Shirley Donizete; SEIXAS, Cristiane Marques. **A força do hábito: referências conceituais para o campo da Alimentação e Nutrição.** Revista de Saúde Coletiva. v. 27, n. 04, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312017000400011>> Acesso em: 04 de março de 2022 às 23:56h.

SILVA, Paula Pinto e. **Feijão, farinha e carne-seca: Um tripé culinário no Brasil colonial.** São Paulo: Editora Senac, 2005.

SOUSA, Luís Manuel Mota de; FIRMINO, Cristina Furtado; MARQUES-VIEIRA, Cristina Maria Alves; SEVERINO, Sandy Silva Pedro; PESTANA, Helena Castelão Figueira Carlos. **Revisões da literatura científica: tipos, métodos e aplicações em Enfermagem.** Rev. Portuguesa de Enfermagem de Reabilitação, Vol. 1, nº1, p. 45 - 53, Évora, 2018.

VISENTINI, Paulo F. **O Livro na Rua: Benin**. Porto Alegre: Thesaurus Editora, 2011.

WACQUANT, Loic. **Esclarecer o Habitus**. Rev. EDUCAÇÃO & LINGUAGEM, Vol. 10, nº 16, 63-71, Califórnia, 2007.

XIMENES, Sérgio. **Minidicionário Ediouro da Língua Portuguesa** - 2. ed. Ediouro - São Paulo, 2000.



UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DA BAHIA
Centro das Ciências Biológicas e da Saúde

ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO (TCC)

Aos 13 dias do mês de março de 20 23 na sala virtual do Google Meet, realizou-se a sessão pública de defesa de TCC do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia UFOB, do(a) acadêmico(a) Deborah de Sousa Teles

sob orientação do(a) professor(a) Deborah Cruz Porcino
intitulada Habitos Alimentares do Brasil: Uma abordagem sobre as influências da alimentação do Benim

Compuseram a Banca Examinadora os professores:

Orientador Deborah Cruz Porcino,

Membro 2 Ana Maria Fernandes Viana,

Membro 3 Vanessa Silva Santos,

Após a exposição oral, o(a) candidato(a) foi arguido(a) pelos membros da banca, os quais reuniram-se reservadamente, e decidiram, aprovada com a média final 9,7. Para constar, redigi a presente Ata, que aprovada por todos os presentes, vai assinada por mim, Orientador(a) do TCC, e pelos demais membros da banca.

Obs.:

Prof.(a)/Orientador:

Nota: 9,9 Assinatura: Deborah Cruz Porcino

Prof.(a)/Membro 2:

Nota: 9,5 Assinatura: Ana Maria Fernandes Viana

Prof.(a)/Membro 3:

Nota: 9,65 Assinatura: Vanessa Silva Santos