



JOÃO EMERSON DA COSTA

# **CULTURA ALIMENTAR NA UMBANDA**

**NADA É POR ACASO**



## Flap

Amalá. Palavra de origem africana para “comida” que recorda uma brincadeira com a ideia de “amar lá”. Amar lá no campo da espiritualidade, no campo dos sonhos e imaginários populares brasileiros. A primeira obra de um conjunto de duas trata do ritual da oferenda de alimentos para os Orixás e sua conexão com o autoconhecimento dos adeptos da Umbanda. Uma obra necessária para a compreensão das brasilidades.



## **João Emerson da Costa**

Formado em Letras (2019) pelo centro universitário UNINTER e Pedagogia (2020) pela Faculdade UNIBF. É professor do Estado do Paraná e, no ensino técnico, atuou como professor das disciplinas de Português Instrumental na escola Grau Técnico, Curitiba, PR. Possui especializações em Literatura infantil, pela Faculdade FAPAN, Paraíso do Norte. Alfabetização e Letramento, pela faculdade Cidade Verde, Maringá. Tutoria em Educação

a Distância e Docência no Ensino superior, pela faculdade Dom Alberto. Ensino Religioso e Artes, pela FAVENI. Gestão Escolar (Administração, Supervisão, Orientação e Inspeção) pela FAVENI. Ciência da Religião pela Faculdade Dom Alberto. Etnologia Indígena pela faculdade FAVENI. Autor do livro *7 Ponteiros da verdade: uma Odisseia Tapuia*. Pesquisador das religiões afro-brasileiras, especialmente a Umbanda. Membro do grupo de pesquisa ECCOS - Estudos em Comunicação, Consumo e Sociedade, na Linha de pesquisa: Consumo, Imaginário e Urbanidades, do curso de

Publicidade e Propaganda  
da Universidade Federal  
do Paraná (UFPR),  
desenvolvendo a pesquisa  
“Rituais na Umbanda:  
consumo, imaginário e  
produção de sentidos”.

**JOÃO EMERSON DA COSTA**

**CULTURA  
ALIMENTAR  
NA UMBANDA  
NADA É POR ACASO**

*Londrina  
2021*



SYNTAGMA

**Capa** > Terri Ulbrich

**Diagramação** > Hertz Wendell

**Coordenação Editorial** > Celso Mattos

**Revisão** > Josemara Stefaniczen

**Produção Eletrônica** > Syntagma Editores

**Foto da Capa** > Terri Ulbrich

### **Conselho Científico Editorial**

Dr. Antonio Lemes Guerra Junior (UNOPAR)

Dr. Aryovaldo de Castro Azevedo Junior (UFPR)

Dra. Beatriz Helena Dal Molin (UNIOESTE)

Dr. José Ângelo Ferreira (UTFPR-Londrina)

Dr. José de Arimatheia Custódio (UEL)

Dra. Pollyana Mustaro (Mackenzie)

Dra. Vanina Belén Canavire (UNJU-Argentina)

Dra. Elza Kioko Nakayama Murata (UFG)

Dr. Ricardo Desidério da Silva (UNESPAR-Apucarana)

Dra. Ana Claudia Bortolozzi (UNESP-Bauru)

Dra. Denise Machado Cardoso (UFPA)

### **Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)**

C968 Costa, João Emerson da.  
Cultura alimentar na Umbanda: nada é por acaso. / João Emerson da Costa. –  
Londrina : Syntagma Editores, 2021.  
128 p.

ISBN: 978-65-88724-22-4

1. Cultura alimentar. 2. Religião afro-brasileira. 3. Umbanda. I. Título. II. Costa, João Emerson da.

CDD: 306  
CDU: 572 / 29



**SYNTAGMA**

Copyright © 2021, Syntagma Editores Ltda. Londrina (PR), 31 de outubro de 2021.

**[www.syntagmaeditores.com.br](http://www.syntagmaeditores.com.br)**



“

*Umbanda é luz, som e movimento. Tudo isso está presente nos Amalás... a cor das frutas, o som dos pontos com os quais banhamos a oferta e o movimento que fazemos ao entregar esses alimentos aos Orixás e aos Guias.*

**João Emerson da Costa**





# SUMÁRIO

<b>11</b>	<b>Prefácio 1</b>
<b>19</b>	<b>Prefácio 2</b>
<b>24</b>	<b>Agradecimentos</b>
<b>26</b>	<b>Práticas alimentares ritualísticas</b>
<b>33</b>	<b>Contextualizando a pesquisa</b>
<b>43</b>	<b>O Candomblé</b>
<b>51</b>	<b>A Umbanda</b>



# SUMÁRIO

- |            |   |
|------------|---|
| <b>64</b>  | <b>Os alimentos</b>   |
| <b>72</b>  | <b>Culturas seculares e Umbanda: milho, mandioca e pinhão</b> |
| <b>112</b> | <b>Referências</b>  |
| <b>75</b>  | <b>Contatos do autor</b>                                      |

## **PREFÁCIO**

### **I**

## **Nada é por acaso**

Falar sobre boa alimentação, Umbanda e os benefícios, tanto físicos como espirituais, foi a proposta que o João me fez. Após ele experimentar sua nova fase nutricional, já que vivencia a Umbanda algum tempo, sugeri a ele buscar o porquê nessa religião usamos certos alimentos para determinadas linhas de trabalho. Então surgiu sua pesquisa (premiada), *Cultura*

*Alimentar na Umbanda*, e dela este *smartbook* intitulado *Cultura Alimentar na Umbanda: Nada é por acaso*.

Temos e fazemos rituais o tempo todo, sejam de higiene, de trabalho, de lazer, de alimentação ou de fé. Na Umbanda praticada no Terreiro do Pai Maneco cremos que somos gerados em uma centelha divina, a qual chamamos Orixá. Então, se o Orixá é a representação da natureza e a natureza em si, somos também e temos parte com esta energia divina. Os Orixás atuam no planeta e em nós também, já que somos pequenos mundos cheios de energia e complexidades. Assim sendo, meu

organismo necessita de preservação tanto quanto a natureza.

Reflita um pouco: quando estamos com anemia (falta de ferro no sangue), ficamos desanimados, deprimidos, sem perspectivas. Temos que repor este ferro no organismo ingerindo de preferência alimentos ricos desse mineral. No que se refere à Umbanda e ao amalá, faremos uma entrega para Ogum, que vibra em nós pelas moléculas desse elemento, o ferro. Se temos alguma enfermidade ou algo que nos faz perder o cálcio do corpo, temos que repô-lo através de uma alimentação rica desse mineral. O cálcio compõe os ossos, que formam o esqueleto e

nos mantêm firmes para conseguirmos realizar tarefas simples como pegar, andar, movimentar-se etc. Se precisamos da firmeza em assuntos corriqueiros da vida, fazemos amalá para Xangô que, além da justiça, aciona e se conecta em nosso organismo com o cálcio. Nessa entrega se usa, por exemplo, o quiabo, rico em cálcio. O sangue necessita de oxigenação e estar circulando bem, assim, a ingestão de sucos verdes, gengibre, abóbora ajuda nesse processo. Oxóssi é nossa raiz de veias circulatórias e a grande árvore pulmonar que ajuda nas trocas gasosas do sangue. Entregamos no ritual do amalá abóbora entre outros ali-

mentos, pois Oxóssi rege a natureza como um todo.

O estímulo maternal de Iemanjá, a grande mãe da Umbanda, que nos acolhe, nos acalma e nos nutre, se demonstra quando precisamos eliminar as toxinas de nosso organismo (urina) ou apenas resfriá-lo (suor) e, por vezes, só dar vazão à dor da alma (lágrimas). Toda essa água salgada são parte do grande mar, nos limpa. O amalá a Iemanjá contém frutas com grande quantidade de água, também o manjar, que é feito com leite, alimento rico em vitaminas e minerais. Oxum, e sua água doce, nos recorda que nosso corpo é composto de 60% de

água, responsável por equilibrar nosso organismo, presente nas pequenas células, que originam todos os tipos de tecidos, que se organizam para formar o corpo. Beber água já é muito importante para nossa hidratação, assim como regar as flores e plantas. A água que corre pelos leitos dos rios ou canaletas de veias do corpo nos conecta com Oxum. O amalá é composto também por frutas com muita água e doces. Iansã senhora das tempestades, dos ventos, age em nossa composição hormonal, esses que nos destemperam ou temperam, que forjam nossas emoções, acendem nossos instintos. Este orixá nos



traz a temperança e a força para enfrentar situações de forte carga emocional. Seu amalá é composto entre outros alimentos do mel que estimula nosso sistema imunológico e cicatrização das feridas, sejam físicas ou da alma.

Chegamos a Oxalá. Na Umbanda este orixá age no planeta através de todos os outros. Assim como somos formados de uma centelha divina distinta, mas temos as outras energias também em nós. Oxalá se faz presente na organização de tudo. É gerador, difusor e propulsor de toda vida e de todo amor que nos une como irmãos. Sua entrega contém canjica, rica em ácido fólico,

que compõe o DNA humano (nosso manual de instrução). Como pode se perceber nessa pequena tentativa de mostrar a relação dos alimentos com os orixás e conosco, nada é por acaso... tudo se conecta...tudo é parte de tudo.

**Jocelen Azevedo**

**\* Mãe Jô de Oxum \***

## **Ciência e Umbanda**

No sentido figurado, ciência é um saber, uma instrução, um tipo de conhecimento amplo e profundo sobre determinado assunto, comportamento humano ou fenômeno da natureza. Estar ciente é o mesmo que estar em sintonia com uma informação do mundo. No outro lado, arrisco em dizer que seria o lado oposto, se encontra a magia. Há milhares de anos, a magia acompanha

a humanidade e, curiosamente, foi a fonte de um saber, uma instrução e um conhecimento profundo da realidade e seus fenômenos. A magia, por muito tempo, foi a nossa ciência e produziu, como efeito, a consciência (um saber-junto), um tipo de conhecimento compartilhado, coletivo.

A Umbanda é uma religião brasileira que aos poucos adentra, com sua magia e encantos, o campo da ciência. Seria uma Umbanda acadêmica aquela que agora pode ser estudada por pesquisadores mestres e doutores? Por razões de localização desse objeto tão rico e interessante dentro dos estudos no

campo científico das humanidades, sim, podemos chamá-la dessa forma. No entanto, nenhuma expressão, nomenclatura, classificação ou categoria pode dar conta do sentido da Umbanda viva, em sua prática. A Umbanda se faz no terreiro que é a encruzilhada onde se esbarram as relações humanas, os olhares, o movimento de corpos, as luzes das velas, sons da *ngoma*, espiritualidades, ciências e inconsciências. Portanto, nem mesmo um livro como esta obra daria conta de traduzir a verdade factual que só tem existência no e durante o ritual.

Mas o livro *Cultura alimentar: nada é por acaso*, de João Emerson

da Costa, é um sopro de vida sobre a aridez que a academia, muitas vezes, produz em torno de temas como as religiões ameríndio-afro-brasileiras, sobre a religiosidade sincrética do brasileiro, sobre a ciência das macumbas. Tratar sobre cultura alimentar em si seria um desafio acadêmico, porém, tratar sobre a cultura alimentar e suas conexões entre a fisicalidade dos alimentos e seus efeitos sobre a psique humana por meio da prática ritualística da oferenda do amalá, torna essa obra ainda mais desafiadora dos padrões hegemônicos religiosos, científicos e culturais. É resistência. E traz à luz parte da magia que foi legada

às sombras. Somente trabalhos de pesquisa que juntam ciência e oralidade umbandística (o conhecimento ancestral que não está nos livros) podem resgatar a completude daquilo que foi separado um dia. Este livro é um reencontro entre corpo e alma, Eros e Psique, um reencontro entre ciência e magia.

## **Hertz Wendell de Camargo**

Doutor em Estudos da Linguagem,  
pesquisador do PPGCOM-UFPR



## **Agradecimentos**

A Simão Antônio da Silva, por toda Luz e amor que me dedicou (*in memoria*). Ao meu mestre de sempre Pai Fernando, que me faz caminhar com os pés no chão. A mãe Lúcia e mãe Jôcelen, pela parceria nesta empreitada e em tantas outras. A todos os pais e mães de Santo do terreiro do Pai Maneco, e ao próprio Pai Maneco e Seo Akuan. Ao Caboclo 7 Ponteiros



do Mar, que nos avisou que estava próximo o exercício da Umbanda sem paredes...e assim foi. A Denise de Oliveira, afilhada e parceira nas pesquisas, a Nicole Kolldross, pela amizade e incentivo de sempre. Ao orientador Dr. Hertz Wendell de Camargo, por todo ensinamento a mim dirigido.

## **O autor**

## **Práticas alimentares ritualísticas**

A Cultura Alimentar expressa a identidade de povos e grupos sociais ao longo do tempo. Está intimamente ligada à história, ao ambiente e às exigências específicas impostas ao grupo social pelo dia a dia. Cada sociedade estabelece um conjunto de códigos alimentares, que tem nas

suas práticas a consolidação de suas tradições e inovações.<sup>1</sup>

Esse conjunto de práticas pode ser considerado patrimônio cultural de uma comunidade e, por meio delas, um grupo social se reconhece e se fortalece, materializando suas identidades tanto em aspectos simbólicos quanto materiais. Comer é também ato social, cultural e político. Na Conferência Popular por Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional, o tema mobilizador “comida de verdade como patrimônio” expressa à importância e relação da cultura ali-

---

1 Disponível em: <https://www.cultura930.com.br/o-que-e-cultura-alimentar/>. Acesso em: 01 out. 2020.

mentar com a soberania e segurança alimentar e nutricional.

“Cultura alimentar é o saber fazer, o falar, o ritual, a ancestralidade, a espiritualidade, as técnicas artesanais, a pesca artesanal, a própria arquitetura tradicional”, explica Tainá Marajoara. A sua defesa é permanente processo de resistência dos povos originários, das comunidades tradicionais, de mestras e mestres guardiões, dos fazedores da cultura alimentar, dos detentores desse patrimônio.

De acordo com Montanari (2008), a comida é expressão da cultura não só quando produzida, mas também quando preparada e consumida. As

peças não utilizam apenas o que é oferecido pela natureza, mas criam alimentos, preparam seguindo técnicas, escolhendo o que lhes convém conforme critérios também culturais.

Montanari discute “Comida, linguagem, identidade”, e ressalta que faz parte da natureza humana comer junto e esse convívio acaba por dar uma dimensão mais que funcional aos gestos ligados ao comer: atribui-lhes sentido, valor comunicativo. A comida passa a ser um discurso eloquente, com vocabulário próprio (disponível em função dos recursos territoriais, econômicos e culturais), morfologia (que transforma os ingredien-

tes em receitas), sintaxe (a refeição) e retórica, a adaptação do discurso (a comida) ao argumento (o comensal), sob forma de preparo, serviço e consumo.

No Brasil matizado pela colonização, a Cultura Alimentar de Curitiba está fortemente relacionada às culturas indígena, africana e portuguesa. Em outro momento, a presença da imigração de famílias de origem italiana, alemã, espanhola, polonesa, ucraniana, japonesa, síria, entre outras, introduziu outros hábitos na nossa alimentação. Os novos movimentos migratórios e imigratórios dos dias de hoje continuam a introduzir características

aos hábitos alimentares dos povos nesta cidade. A cultura alimentar da umbanda em Curitiba, assim como o povo da sua cidade, também sofreu influência e misturou-se.

As culturas indígenas, africanas e europeias mostram por meio de seus alimentos e comidas a importância cultural que os tipos identitários formadores da umbanda trouxeram para a sociedade que circunda os terreiros. O atrativo das grandes festas, onde as comidas ritualísticas são servidas ao público frequentador e devoto das casas, templos, terreiros de umbanda, só comprova cada vez mais que a comida também é uma expressão

cultural que pode ser digerida e absorvida da forma mais simples e natural, que é o ato de comer.



## **Contextualizando a pesquisa**

Julgamos pertinente esclarecer aos leitores o contexto geopolítico e social que a pesquisa se insere. Para tanto, iniciaremos falando a respeito da cidade que abriga o *locus* da investigação. Curitiba é uma cidade brasileira localizada ao leste do estado do Paraná, faz divisa com São Paulo ao norte e Santa Catari-

na ao sul, e se apresenta no cenário nacional enquanto uma cidade turística, sendo esta uma das cidades que recebe um dos maiores números de visitantes no Brasil. A cidade tem como uma de suas características a grande diversidade étnica, característica comumente propagandeada pelos interesses turísticos da região. Contudo, a utilização da palavra etnia é discutível, sendo que a diversidade étnica divulgada pelo discurso turístico refere-se predominantemente a nacionalidades: italianos, árabes, alemães, poloneses, ucranianos, etc.

Da mesma forma que a diversidade étnica é usada como marke-

ting, através do discurso turístico, a diversidade que poderíamos considerar enquanto étnica e racial não é se quer mencionada, como é o caso das populações indígenas e população negra. No que tange à população na cidade, os dados do Censo do ano de 2018 realizado pelo IBGE, demonstram que o Paraná é o estado da região sul do país que conta com o maior número de população negra (pretos e pardos), sendo 28,5% do total da população. Estes dados apresentam uma cidade com características diversas em sua composição étnico-racial, desmistificando assim a imagem relacionada a uma região Sul amplamente branca.

A presença de negros na região Sul é substancialmente numerosa, o quadro sobre a População Negra e Comunidade Quilombolas no Estado do Paraná, desenvolvido pelo Grupo de Trabalho Clóvis Moura de Curitiba, nos mostra a presença da população negra no Paraná. No mapa abaixo, quanto maior a tonalidade marrom na representação da cidade no mapa, maior a porcentagem da população negra nesta.

## Figura 1 - POPULAÇÃO NEGRA E COMUNIDADES QUILOMBOLAS NO ESTADO DO PARANÁ



FONTE: Grupo de trabalho Clóvis Moura.

Disponível em: [http://www.arquivopublico.pr.gov.br/sites/arquivo-publico/arquivos\\_restritos/files/migrados/File/relatoriofinal2005a2010.pdf](http://www.arquivopublico.pr.gov.br/sites/arquivo-publico/arquivos_restritos/files/migrados/File/relatoriofinal2005a2010.pdf). Acesso em: 30 out.2020 às 18h10min

Existem hoje no Paraná aproximadamente 9.015 indígenas, habitando 85.264,30 hectares de terra, área distribuída em 17 aldeias abri-

gando as etnias: Kaingang, Guarani e seis remanescentes do povo Xetá. São elas: Reserva indígena Ocoí, Reserva indígena Rio das Cobras, Reserva indígena Mangueirinha, Reserva indígena Palmas, Reserva indígena Marrecas, Reserva indígena Ivaí, Reserva indígena Faxinal, Reserva indígena Rio D'Areia, Reserva indígena Queimadas, Reserva indígena Apucarantina, Reserva indígena Barão de Antonia, Reserva indígena São Jerônimo da Serra, Reserva indígena Laranjinha, Reserva indígena Pilarzinho, Reserva indígena Ilha da Cotinga, Reserva indígena Mococa, Reserva indígena Tekoha-Añeteté<sup>2</sup>.

---

2 Disponível em: <http://www3.sp.senac.br/hotsites/blogs/>

O idioma alimentar é um veículo de auto-representação e transmite valores simbólicos, mediando trocas culturais. Já que comer a comida dos outros é teoricamente mais fácil que entender sua língua, a cozinha seria a porta de entrada para contaminações culturais. O importante então, afirma o autor, não é saber de onde vieram nossos hábitos e costumes, mas compreender seu papel na sociedade atual. “O produto está na superfície, visível, claro, definido: somos nós. As raízes estão abaixo, amplas, numerosas, difusas: é a história que nos construiu”. (MONTANARI, 2008, p. 190).

---

revistacontextos/wpcontent/uploads/2013/04/Revista\_Vol1\_N265a69.pdf. Acesso em: 01 out. 2020.

A importância da citação destes povos e etnias é de extrema relevância para a pesquisa de cultura alimentar nas religiões de matriz africana e povos de terreiro, visto que a base da religião de enfoque da pesquisa, a Umbanda, é composta por espíritos de negros e indígenas. Ela é formada a partir do sincretismo com outras religiões ou filosofias: Candomblé, Catolicismo e Kardecismo. Na referida pesquisa, vamos discorrer um pouco sobre o Candomblé, a qual a influência na Umbanda é muito notada. A entrega de alimentos para Deuses e divindades é uma prática antiga da humanidade, os



egípcios acreditavam que existia uma divindade para cada necessidade do povo e para agradecer sua proteção faziam oferendas diariamente, as quais podiam ser comida, incensos roupas e etc.

Na Grécia antiga, as oferendas eram habituais e podiam ser em forma de oração ou sacrifícios. No judaísmo, as oferendas são feitas exclusivamente em dias festivos. Os Maias e Incas faziam sacrifícios humanos aos deuses como forma de agradá-los para aplacar sua ira e/ou para agradecer pela fartura. Diante do exposto anteriormente, podemos entender como as religiões de matriz africana compõem

o seu ritual, com base na cultura antiga e mantendo na atualidade a tradição de entrega de flores, frutas e alimentos para os Orixás que são cultuados dentro da religião.

## **O Candomblé**

O candomblé é uma religião afro-brasileira que agrega elementos da religiosidade africana do culto aos orixás. O culto aos orixás foi trazido ao Brasil através da diáspora africana, constituindo-se como a expressão religiosa de diversas etnias escravizadas. Cada divindade cultuada, denominada orixá, pertencem a um local/região do continente afri-

cano, divididas por nações/tribos, as quais ocupavam territórios distintos e características culturais particulares. Por exemplo, as nações Jeje, Ketu e Angola, com o processo de escravização desses povos no Brasil e a conseqüente proibição do culto aos orixás africanos, ocorre em solo brasileiro à unificação dos cultos para que conseguissem resistir e assim dar continuidade às suas crenças.

Desta maneira, as particularidades inerentes de cada nação se propagaram nas práticas religiosas, aumentando o panteão de divindades, denominadas Exú, Ogun, Oxossi, Ossain, Omolu, Oxumaré, Nanã, Xangô, Iansã, Obá, Ewá, Oxum,

Iemanjá, dentre outros. O candomblé não possui livro sagrado, assim todos seus ensinamentos são transmitidos de forma oral, sendo a comida uma das formas de transmissão desses conhecimentos.

Tais ensinamentos são repassados a seus filhos de santo. Estes ensinamentos são considerados segredos, portanto gradualmente dependendo do tempo de iniciação e de seu cargo na religião, os segredos poderão ser repassados. Por ser um conjunto de elementos culturais transmitidos oralmente, o candomblé nos apresenta os orixás e suas ligações com os demais e com a natureza, por meio dos itãs,

lendas sagradas que versam sobre a trajetória dos orixás. Esses itãs muitas vezes terão outras versões, com mais ou menos elementos, dependendo de cada casa, de filhos de santo, de nação e de hierarquia, neste último caso devido há anos na religião e no caso da mãe ou pai de santo com a finalidade de preservar os segredos da religião.

A comida no candomblé tem função vital para as práticas ritualísticas. Um dos principais rituais é o Bori, Bo (comida) Ori (cabeça), dar comida à cabeça, ritual destinado à renovação periódica do asé (LODY,1979). Assim, uma das funções dos alimentos é nos aproximar

do sagrado, pois tais alimentos carregam em si a energia dos elementos naturais, a sua força e a sua divindade. Por ser de extrema importância, o ritual é preparado com muito cuidado, desde a escolha dos ingredientes, observando sua procedência, formatos, sensações e sabores, dando preferências aos alimentos in natura e animais sadios.

A comunidade estabelece uma relação de confiança através dos alimentos comercializados por conhecidos, o que de certo modo, certifica a qualidade desses alimentos. Para fortalecer o ori é preciso alimentos – frutas, doces, pratos preparados, pratos frios, pratos quentes, pratos

cozidos, pratos crus, condimentos; é preciso roupas, vestes especiais, esteiras, braceletes, lenços de cabeça, enfeites que não se compram, mas que são feitos à mão. Para fortalecer e celebrar os orixás e seus equivalentes é preciso tudo que o ori exige e também mais sangue vivo de animais sadios, em uma tipologia extremamente variada que não pode ser atendida pela pecuária de grande escala, porém que depende de um circuito de produtores de pequena escala; é preciso também uma variedade ainda maior de comida, conformando um dos saberes gastronômicos mais complexos do país.

Para a religião, ao transformar



os alimentos em comidas estamos exercendo um ritual importante através das rezas, das colheitas, da comensalidade, no movimento que fazemos com o corpo, com as técnicas de preparo, tornando-o sagrado. Neste sentido, a religião oportunizou o acesso à alimentação, fazendo referência para além da religião, e sim para nutrir biologicamente o corpo. Em outras ocasiões, o alimento que foi oferecido ao orixá, cumprindo sua função que é de dar o asé deverá seguir o seu ciclo, que finaliza ao ser despachado, servindo de alimento aos animais ou adubo para a terra.

Estas considerações são mera-

mente de apoio para o objeto real de nossa pesquisa, não nos aprofundaremos nas formas de preparação individuais a que cada Orixá tem direito, nem a toda a beleza que o ritual de preparação dos alimentos constitui, usamos de introdução para percebermos as influências desta religião denominada Candomblé, para a constituição da Umbanda. Destacaremos algumas diferenças, na preparação das oferendas ou amalás, talvez a maior seja que na grande maioria dos terreiros de Umbanda, não se usa a carne como elemento composicional da entrega do amalá, seja este de agradecimento ou pedido de axé.

## **Umbanda**

No Brasil, devido ao grande contingente de africanos (diretos ou descendentes) que hoje constituem a população, a cultura e a história africanas precisam fazer parte das reflexões e ações no espaço para a construção e evolução da cidadania. Resgatar essa trajetória é um indicativo de que estamos preocupados

com a contribuição dos africanos para a formação do patrimônio cultural brasileiro. O caminho para o reconhecimento dos distintos cultos e a relação com sua origem étnica vem por meio do estudo da história do negro no Brasil e na África (CHIELLA; MALACARNE, 2014).

Na história religiosa brasileira, destaca-se que por muito tempo, o catolicismo manteve seu reinado, cheio de altos e baixos. Quando o mesmo entrou em declínio e ocorre a abertura de outras formas religiosas, duas outras fontes de extrema importância também solidificam sua força, o protestantismo e o espiritismo kardecista. No iní-

cio do século XX, a diversidade religiosa aumenta e consequentemente, as inúmeras crenças e ritos moldam a população aos poucos e a cultura popular delinea e adapta às crenças e seitas religiosas.

Estas relações do espiritismo brasileiro com a sociedade influenciaram um grupo de intelectuais religiosos a criar uma nova religião brasileira, com a feição multicultural típica do país ao longo do século XX: a Umbanda (CAMBOIM; RIQUE, 2010). A Umbanda - Religião Genuinamente Brasileira (URGB) nasceu em 15 de novembro 1908 e foi oficializada em 18 de maio de 2012, pela Lei n.º 12.664.

Já em 08 de novembro de 2016, a Umbanda foi incluída na lista de patrimônios imateriais, após estudos do Instituto Rio Patrimônio da Humanidade (IRPH).

Para que a Umbanda chegasse ao que está hoje, o caminho foi longo e os aspectos organizacionais (como as federações), religiosos, ritualísticos e outros, que ocorreram em 1941, 1961 e 1973, Rio de Janeiro – RJ foram de extrema importância (BARBOSA JUNIOR, 2013). O dicionário das religiões afirma que a umbanda procedente do Rio de Janeiro passa a ser popular nos anos de 1925-1930 (ELIADE; COLLANO, 2009). Segundo a etimolo-

gia, *umbanda* é um vocábulo que decorre do *umbundo* e do *quimbundo*, duas línguas africanas, com o significado de “arte de curandeiro”, “ciência médica”, “medicina” (BARBOSA JUNIOR, 2014).

No sentido espiritual e esotérico, Umbanda significa “luz divina” ou “conjunto das leis divinas”. A magia branca praticada pela Umbanda remete a outras eras do planeta, sendo denominada pela palavra sagrada “Aumpiram”, transformada em “Aumpram” e, finalmente, “Umbanda”. Mesmo assim, teria havido alguém que anotou, durante a incorporação do Caboclo das Sete Encruzilhadas, anun-

ciando o nome da nova religião, o nome “Allabanda”, substituído por “Aumbanda”, em sânscrito, “Deus ao nosso lado” ou “ao lado de Deus” (BARBOSA JUNIOR, 2014).

Um dos pontos-chave da crença espírita é a capacidade de comunicação entre o mundo material e espiritual. Para que ocorra tal fenômeno é necessário à capacidade mediúnica. Segundo o espiritismo, apenas algumas pessoas são médiuns, ou seja, conseguem se comunicar com os espíritos desencarnados (JARDIM, 2017). “A Umbanda é brasileira, baseada em fatos e personagens na época do descobrimento, tendo nos caboclos, nossos



ameríndios, a figura mandante. Mais do que justo, por ser o índio a entidade autenticamente brasileira” (GUIMARÃES, 2015, p. 242). Explicita-se que do ponto em comum – a mediunidade – entre umbandistas e espíritas, os cultos africanos e ameríndios sofreram uma enorme discriminação por parte dos espíritas, pois os mesmos consideravam que os índios e negros seriam carentes de luz ou “involuídos” (BARBOSA JUNIOR, 2013).

Os termos “baixo espiritismo” ou “espíritas involuídos” foram por muito tempo utilizados por Kardec, o pai da religião espírita, em

relação aos umbandistas. Kardec não acreditava em magia. Sendo o ponto divergente entre as religiões. Juntamente com as dificuldades impostas pelo espiritismo, a Umbanda também foi alvo de preconceito e ignorância da sociedade em geral. Por muito tempo, e até hoje, muitas pessoas não se intitulam umbandistas, mesmo sendo praticantes. Elas alegam serem espíritas ou católicas, por medo de sofrerem retaliações (BERNARDO, 2019).

“A diferença mais marcante da Umbanda é a disponibilidade para aceitar a todos, vivos e mortos, do jeito que são. Nela há espaço para incorporação e a convivência das

mais diversas heranças étnicas e culturais” (OLIVEIRA, 2008, p. 79). A Umbanda é uma religião monoteísta e não possui livro sagrado. Em grande escala não é hierárquica, o que facilita a criação de diversas linhas e maneiras de viver a mesma. Essas divergências também ocorrem na literatura e na cultura pop. Quando se trata de fé, a abstração dá lugar à ausência da hegemonia (JARDIM, 2011).

A Umbanda tem como sua base não apenas o candomblé, catolicismo e o espiritismo, mas também fatores culturais e uma fortíssima ligação com a cultura indígena e africana. A Umbanda é também

cultura popular negra. Ambas se ligam e religam em diversos pontos. A cultura popular ampara a Umbanda e a Umbanda reforça a cultura negra e indígena.

Entendendo que a Umbanda não é codificada, e assim cada casa, terreiro, tenda ou templo de Umbanda tem sua própria e individual ritualística, para seguirmos a pesquisa, encontramos no Terreiro do Pai Maneco, uma linha de pensamento a qual decidimos usar como parâmetro para embasar esta pesquisa de Cultura Alimentar.

Pela filosofia criada pelo seu fundador, Fernando Macedo Guimarães (Pai Fernando), no Terrei-

ro do Pai Maneco (comunidade pesquisada que possui mais de 1.800 médiuns), em suas entregas ritualísticas chamadas de amalás não se usa o sangue oriundo de qualquer animal, como elemento de composição da oferenda. Frisando que não é uma questão de certo ou errado, simplesmente de filosofia, visto que a própria Tenda Da Piedade, de onde a Umbanda se originou, fazia uso de carne no sarapatel, pedido da entidade Orixá Mallet usado para limpeza e proteção da casa.

A Umbanda compreende seu papel agregador e pluralista, e com o passar dos anos assim como a so-

cidade que circunda os terreiros, ela mesma incorporou tipos sociais distintos, advindo de mudanças sociais, por exemplo, a linha dos mendigos, baianos, ciganos etc.

A Umbanda é uma religião genuinamente brasileira, e com isto, miscigenada em sua formação como o próprio povo brasileiro. Fruto de uma mistura de rituais, de influências, sua cultura alimentar não poderia passar despercebida. Esta pesquisa procura buscar a real relação entre os Orixás e guias e seus alimentos, rituais, também usar a mitologia para explicar a atuação da divindade no ser humano, e a ciência que explicará a

composição dos alimentos usados e seu valor nutricional no organismo, para construirmos hipóteses de como o espiritual e o divino influenciam o físico na geração do campo de força produzido pelo amalá.

## **Os alimentos**

Segundo Montanari (2008, p. 15) “a ideia de comida remete de bom grado à natureza, mas o nexo é ambíguo e fundamentalmente inadequado”, assim, inspirando reflexões sobre o cotidiano ato alimentar, Massimo Montanari inicia “comida como cultura”, obra publicada originalmente em 2004 e trazida para o Brasil pela Editora



Senac São Paulo em 2008. No livro, o autor explora a premissa de que todos os processos envolvendo comida – coleta, cultivo, preparação e consumo – são culturais, já que a alimentação é formada por escolhas baseadas em infinitas combinações de preceitos nutricionais, climáticos, geográficos, políticos, religiosos e sociais, entre outros.

Aqui, a nossa comida é ritualística. Os alimentos usados nos rituais de cruzamento de pais e mães de santo ou nas entregas de amalás são em sua grande maioria frutas, legumes, mesmo estes conforme a localidade e condição meteorológica se tornam difíceis de encontrar.

Apesar de já não ser refém da natureza, o homem ainda depende da sazonalidade dos produtos. As sociedades buscam formas de estabilizar o abastecimento dos bens agrícolas, e a busca por formas de conservação dos alimentos também era sistemática, gerando as tecnologias de desidratação (por sol, fumaça ou salga) e fermentação.

As diferentes formas de se transformar o alimento são há muito objetos de reflexão para sociólogos. Para esses estudiosos, apenas sociedades complexas e fortemente hierarquizadas foram capazes de produzir uma culinária profissional, diferente da prati-

cada no âmbito doméstico. E somente países com tradição escrita puderam registrar seus saberes culinários, ato que torna possível o desenvolvimento cumulativo dos conhecimentos, que concretiza um saber constituído. (MONTANARI, 2008, p. 62).

Mesmo com muita dificuldade de encontrar estes alimentos é importante que se mantenha a tradição, pois sua inexistência ou a baixa procura pode acarretar a perda e/ou esquecimento de receitas, causando um apagamento de memórias na religião. Este acesso a determinados alimentos relaciona-se à importância para a soberania

alimentar, já que obtê-los implica na continuidade de um ciclo que faz os alimentos circular entre as pessoas. O que já nos alertou Josué de Castro: “É através da deficiência de alimentos que a monocultura se impõe, é através da fome que o latifúndio gera, e assim por diante” (CASTRO, 1937, p. 21).

A diversidade de alimentos é também diversidade cultural, especialmente no caso das religiões de matriz africana. A engenheira agrônoma Franciléia Paula de Castro em reportagem sobre alimentos disse que “mais de 70% das variedades de alimentos no mundo já se perderam nos últimos cem anos”.

Muitos alimentos ainda estão preservados hoje graças às comunidades tradicionais. Aí observamos a importância dessas comunidades para uma cultura alimentar diversificada. Na *5º Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, Povos e Comunidades Tradicionais* se reuniram para denunciar através de uma carta, a falta de acesso à diversidade de alimentos que compõem a cultura alimentar de sua região, devido a sua baixa produção, abrindo caminhos para a substituição de alimentos, introduzindo alimentos calóricos e artificiais.

Ressalta-se neste trabalho, a

importância da alimentação para as práticas religiosas de matriz africana e mais do que isso, do acesso a determinados alimentos não industrializados, que possuem aditivos ou modificações em sua composição. Preservar estas práticas culturais passa a ser determinante para preservar a manutenção de determinados alimentos a elas relacionadas.

Nossa proposta é a defesa da comida como patrimônio, com os seus vários sentidos para as diferentes culturas alimentares. Reafirmamos que a nossa biodiversidade é protegida pela diversidade cultural, ou nossa sociobiodiversi-

dade, com os vários segmentos do campesinato, povos e comunidades tradicionais que fazem a história, e que precisam ter seu direito às terras e ao território e seus modos de vida protegidos.

## **Culturas seculares e Umbanda: milho, mandioca e pinhão**

Os primeiros registros de cultivo desse cereal data de 7300 anos, de acordo com um trabalho publicado na revista Pnas por Mary Poll, tendo sido encontrados em pequenas ilhas próximas ao litoral do México e no golfo do México. Este nome tem ori-



gem indígena caribenha significando “sustento da vida”. Por séculos foi a alimentação base de diversas civilizações como os Olmecas, Maias, Astecas e Incas que o referenciavam tanto na arte quanto na religião. Na América do Sul, segundo Linda Perry em artigo publicado na revista Nature, o milho era cultivado há pelo menos 4.000 anos.

Os índios americanos faziam o plantio em larga escala, sendo que o sistema de cultivo era plantando as espécies de acordo com seu uso, método que foi substituído por plantações de uma única espécie. No Brasil, há registros de cultivo desde antes das chegadas dos eu-

ropeus, entretanto foi com as grandes navegações do século XVI e o início do processo de colonização da América que seu cultivo se expandiu para outras partes do mundo, perdendo apenas para o trigo e o arroz. Principalmente os índios guaranis tinham o milho como o ingrediente base de sua alimentação. Este consumo aumentou e novos produtos à base de milho começaram a ser utilizados a partir da chegada dos portugueses.

O milho se popularizou entre os europeus que o descreviam como um “tipo de grão”, de bom sabor quando cozido seco e também como farinha. Tendo sido fundamental para as an-

tigas civilizações tanto no âmbito alimentar quanto no cultural. Possui diversos nomes tais como: milho, jojoto, corn, choclo e elote.

**Tipos de milho** — Hoje existem aproximadamente 150 espécies de milho com grande variedade de cor e formato dos grãos. Os mais comuns são:

**Figura 02 - TIPOS DE MILHO**



FONTE: Disponível em: <https://cozinhatecnica.com/2019/06/milho-tipos-de-milho/>. Acesso em: 01 out. 2020.

**Figura 03 - FLLINT OU DURO**



FONTE: Disponível em: <https://milhao.net/conheca-as-variedades-de-milho/>. Acesso em: 01 out. 2020.

Este grão não possui fenda ou sulco. É colhido na fase madura e apresenta coloração laranja-avermelhada. Normalmente utilizado em processos industriais com aplicação na panificação, snacks, con-

dimentos, massas, cervejarias, entre outros. Esta variedade se originou na Argentina e tem se tornado o preferido das indústrias na produção de ingredientes-base para seus produtos, sendo ideal para a produção de canjição, canjiquinha, fubá italiano, grits de milho, farinha de milho pré-gel, xerém de milho, semolina e outros derivados.

**Figura 04** - MOLE OU FARINHOSO



FONTE: <https://www.leguminosas.com/pt/leguminosas.html>

Acesso em: 01 out. 2020.

Possui grãos adocicados, macios e de sabor suave, sendo assim é mais comumente utilizado para produção de farinhas. Pode-se encontrar esse milho na cor branca, amarela e azul.

**Figura 05** - MILHO DOCE OU MILHO VERDE



FONTE: Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2020/02/14/milho-melhora-funcionamento-do-intestino-veja-mais-beneficios-desse-cereal.htm>.

Acesso em: 01 out.2020.

Esta variedade é utilizada exclusivamente para consumo humano. Possui o miolo translúcido, formato arredondado levemente irregular, cor amarela e gosto adocicado. Este milho quando colhido verde é classificado como um legume macio e de fácil digestão. Quando seco apresenta grãos enrugados e seu teor de açúcar aumenta. Faz parte da culinária tradicional familiar e é facilmente encontrado nos mercados in natura na espiga, debulhado ou enlatado. É utilizado na culinária como espiga cozida, em doces, cremes e pamonhas.

**Figura 06 - DENTADO**



FONTE: Disponível em: <https://milhao.net/conheca-as-variedades-de-milho/>.

Acesso em: 01 out. 2020.

Essa variedade é colhida na sua fase madura e pode apresentar coloração amarelada, branca ou tons terrosos. Possui uma depressão ou dente na parte superior do grão causado pelo seu tecido mole. Esse milho é muito utilizado na nutri-



ção animal e para produção de xaropes e álcool.

**Figura 07 - PIPOCA**



FONTE: Disponível em: <https://www.plantei.com.br/sementes-de-milho-de-pipoca-1g-tsv-sementes-linha-quintal>. Acesso em: 01 out. 2020.

A espiga do milho de pipoca é menor e produz quantidade reduzida de grãos. Possui um grão miúdo, em forma de gota, com tecido duro e podem se apresentar em coloração amarela-alaranjada, branca, azul ou vermelha. Sua principal característica é o seu alto poder de expansão. O teor de umidade presente no grão faz com que, quando seja aquecido, a água se transforme em vapor criando uma pressão que rompe a casca. O amido presente no grão se solidifica em contato com o ar e o torna esbranquiçado. O milho mais comum é o amarelo-alaranjado que se dividem entre o tipo butterfly e mushroom.

**Figura 08 - MILHO CANJICA**



FONTE: Disponível em: <https://edcentaurus.com.br/agranja/edicao/750/materia/3708>.

Acesso em: 01 out. 2020.

Tem seu nome derivado de três possíveis origens, dos Tupinambás (*acanjic* – tupi, já que o milho é predominante na região habitada por essas tribos), da Índia e do Quimbundo (língua falada em

Angola/África – derivada do termo *kanzika* muito consumida nas senzalas). Relatos indicam que a canjica surgiu do princípio de preparo asiático, que seria uma papa de arroz com água, tradicionalmente consumida no Ramadã. O milho é um alimento tão versátil que está presente em produtos como o amido, o azeite e combustível, além de suas propriedades alimentícias, sendo encontrado na forma de farinhas, flocos, pastas, como componente para a fabricação de balas, biscoitos, pães, chocolates, geleias, sorvetes, maionese, cerveja, cereais matinais como flocos de cereais ou corn flakes e

xarope de milho, utilizado como adoçante.

No Brasil, as roças ainda utilizam a forma ancestral do plantio do milho sendo considerada uma técnica antiga e pouco desenvolvida. Apesar do consumo do milho estar sendo ampliado no Brasil, países como o México e o Caribe ainda são os maiores consumidores, entretanto o maior produtor mundial de milho ainda são os Estados Unidos. No Paraná, as microrregiões que mais produzem milho são as de Toledo, Francisco Beltrão, Cascavel, Guarapuava, Pato Branco, Ponta Grossa, Foz do Iguaçu e Capanema.

**Componentes** – Os componentes do milho são os seguintes: endosperma – possui pequena porcentagem de gordura e demais componentes possuindo 7% de glúten que envolve o grânulo de amido e amido (quase 61%); película – Muito utilizada, após processada, nas rações animais, é a parte que recobre o grão; água – equivale a aproximadamente 16% do grão, é também utilizada na maceração e resulta em um líquido rico em vitamina, especialmente o complexo B. Utilizado em rações e em antibióticos; germe – é utilizado na fabricação de alimentos, produtos farmacêuticos e aplica-

ções industriais, também é extraída dessa parte o óleo de milho e o que sobra pode ser utilizado em ração animal.

**Benefícios** – O milho é um cereal de altas qualidades nutritivas, sendo uma planta da família Gramineae e da espécie *Zea mays*. É uma importante fonte energética, o milho não sofre muito processo de industrialização sendo consumido praticamente *in natura*, portanto é uma rica fonte de fibras, propriedade que é fundamental para eliminar as toxinas do organismo humano. Além das fibras, também encontramos neste grão calorias, gordura puras, vitami-

nas (B e complexo A), sais naturais (metal, isuqieo, fóssio, cálcio), óleo e grandes quantidades de açúcares, gorduras e celulose.

Maior que as qualidades nutricionais do milho, só mesmo sua versatilidade para o aproveitamento na alimentação humana. No Brasil, é a matéria-prima principal de vários pratos da culinária típica brasileira como canjica, cus-cuz, polenta, angu, mingaus, pamonhas, cremes, bolos, pipoca ou simplesmente milho cozido.

O milho como dito anteriormente é um cereal de elevado valor energético. Cada cem gramas do milho em grão contém aproxima-



damente 360 kcal – o que representa perto de 20% da necessidade calórica de um adulto, em torno de 2.100 kcal diárias. Não por acaso, o Ministério da Saúde escolheu a farinha de milho, juntamente com a de trigo, para a incorporação de ferro e vitamina B9 (ácido fólico).

Segundo pesquisadores da Rede Nacional de Pesquisa do Envelhecimento da Espanha, do Instituto de Biotecnologia da Universidade de Granada, o consumo do milho adia o envelhecimento devido seu alto índice de melatonina, substância com propriedades antioxidantes que retardam a degeneração neuronal. Além disso, o milho pela

substância  $\beta$ -glucano previne doenças crônico-degenerativas, pois esta possui propriedades que protege contra enfermidades cardiovasculares e é utilizado em aproximadamente 85 tipos diferentes de antibióticos.

Para a Umbanda, o milho está presente no amido do manjar branco, nas farofas e canjicas de inúmeros Orixás, é considerado um dos alimentos mais nutritivos, sendo rico em aminoácidos, seu nome indígena significa “sustento a vida”, é uma excelente fonte de carboidratos, ou seja, energia. Acreditamos que os Orixás sendo energia da natureza e responsáveis por nossa

energia vital utilizam esse alimento como base de regeneração vital aos adeptos à religião.

**Tipos de Mandioca** – A mandioca possui grande valor na sua forma cozida, pois contém cálcio, magnésio, fósforo, potássio e vitamina C. É uma rica fonte de calorias e carboidratos. Traz benefícios para a saúde melhorando a digestão, o trato cardiovascular, combate a artrite, diabetes, excelente fonte de energia, fortalece o sistema imunológico, faz bem para a pele e não engorda. Apesar de a mandioca constar em nosso trabalho por seu amplo consumo e cultura indígena, ela não é muito

utilizada nos amalás da Umbanda, mas a Umbanda por ser uma religião brasileira que traz consigo a cultura indígena, africana e europeia traz a relevância do destaque da mandioca para a sua história e sua ausência nos rituais. Os tipos de mandioca são: comum: não há descrição de especificidade dessa variedade; Santa Cruz: tem casca externa de cor escura e interna de cor rosa; Saracura ou Manteiga: tem casca externa de cor escura e interna de cor rosa esbranquiçada.

**Figura 09 - MANDIOCA**



FONTE: Disponível em: <https://www.greenmebrasil.com/como-plantar/4310-como-plantar-mandioca>. Acesso em: 01 out. 2020.

**Origem Mitológica** – A lenda de Mani foi registrada por Couto de Magalhães (1876, p.134-135):

Em tempos idos, apareceu grávida a filha dum chefe selvagem, que residia nas imediações do lugar em que está hoje a cidade

Santarém. O chefe quis punir no autor da desonra de sua filha a ofensa que sofrera seu orgulho e, para saber quem ele era, empregou debalde rogos, ameaças e por fim castigos severos. Tanto diante dos rogos como diante dos castigos a moça permaneceu inflexível, dizendo que nunca tinha tido relação com homem algum. O chefe tinha deliberado matá-la, quando lhe apareceu em sonho um homem branco que lhe disse que não matasse a moça, porque ela efetivamente era inocente, e não tinha tido relação com homem. Passados os nove meses, ela deu à luz uma menina lindíssima e branca, causando este último fato a surpresa não só da tribo como das nações vizinhas, que vieram visitar a

criança, para ver aquela nova e desconhecida raça. A criança, que teve o nome de Mani e que andava e falava precocemente, morreu ao cabo de um ano, sem ter adoecido e sem dar mostras de dor. Foi ela enterrada dentro da própria casa, descobrindo-se e regando-se diariamente a sepultura, segundo o costume do povo. Ao cabo de algum tempo, brotou da cova uma planta que, por ser inteiramente desconhecida, deixaram de arrancar. Cresceu, floresceu e deu frutos. Os pássaros que comeram os frutos se embriagaram, e este fenômeno, desconhecido dos índios, aumentou-lhes a superstição pela planta. A terra afinal fendeu-se, cavaram-na e julgaram reconhecer no fruto que encontraram

o corpo de Mani. Comeram-no e assim aprenderam a usar da mandioca.

Câmara Cascudo acrescenta que o nome mandioca advém de *Mani* + *oca*, significando “casa de Mani”. É, segundo este autor, um mito tupi, recontado em obras posteriores como *Lendas dos Índios do Brasil*, de Herbert Baldus (1946) e *Antologia de Lendas dos Índios Brasileiros*, de Alberto da Costa e Silva (1956). Outro relato de Câmara Cascudo para a origem mitológica da mandioca é entre os parecis, povo do Mato Grosso, sendo relatado conforme abaixo:



Zatiamare e sua esposa Kôkôtê-rô tiveram um par de filhos – o menino Zôkôôîê e uma menina, Atiolô – que era desprezada pelo pai, que a ela nunca falava senão por assobios. Amargurada pelo desprezo paterno, a menina pediu à mãe que a enterrasse viva; esta resistiu ao estranho apelo, mas ao fim de certo tempo, atendeu-a: a menina foi enterrada no cerrado, onde o calor a desagradou, e depois no campo, também lugar que a incomodara. Finalmente, foi enterrada na mata onde foi do seu agrado; recomendou à mãe para que não olhasse quando desse um grito, o que ocorreu após algum tempo. A mãe correu ao lugar, onde encontrou um belo e alto arbusto que ficou rasteiro quando ela

se aproximou; a índia Kôkôtê-rô, porém, cuidou da planta que mais tarde colheu do solo, descobrindo que era a mandioca. (CASCUDO, 1959, p.102).

E entre os bacairis, a lenda conta sobre um veado que salvara o bagadu (peixe da família *Practocephalus*) que para recompensá-lo, deu-lhe mudas da mandioca que tinha ocultas sob o leito do rio. O veado conservou a planta para alimentação de sua família, mas o herói dos bacairis, Keri, conseguiu pegar do animal, a semente, que distribuiu entre as mulheres da tribo.

**Origem histórica** – Sua origem histórica não tem unanimi-

dade, alguns acreditam que teria iniciado nas Américas Central e do Sul, outros já acreditam que teve origem no cerrado brasileiro e posteriormente na Amazônia. Muitos pesquisadores acreditam em sua origem Tupi, entretanto como a palavra *mani* é de origem Aruak essa pode não ser a versão mais correta, pois estes povos residiam nas regiões do alto amazônias, litoral equatoriano e planícies venezuelanas, presume-se que os Tupis aprenderam com eles o cultivo da planta, pois eram excelentes agricultores, principalmente no cultivo da mandioca.

Devido à sua provável origem,

a mandioca caracteriza-se por ser um produto brasileiro e seu consumo tem importante relevância, sendo produzida em aproximadamente 1,7 milhão de hectares em todo o Brasil e cerca de um bilhão de pessoas em todo o mundo a utilizam como fonte alimentar.

**Origem científica** – A mandioca recebe diversos nomes de acordo com as regiões brasileiras, tais como: macaxeira, aipim, castelinha, macamba, uaipi, mandioca doce, mandioca mansa, maniva, maniveira, pão de pobre, mandioca brava, mandioca amarga. Pertence à família das Euforbiáceas, da espécie *Manihot esculenta* (si-

nônimo *M. utilíssima*), tem a raiz como a parte mais importante, é rica em fécula que é amplamente utilizada na alimentação humana, animal e como matéria-prima em diversas indústrias.

O Brasil é um dos maiores produtores mundiais com cerca de 23 milhões de toneladas e seu período de safra é de janeiro a julho. Sua farinha é tradicionalmente utilizada na culinária brasileira, o tutu de feijão, pirão de peixe, pato no tucupi, tacacá, farofa d'água, beiju, bolo de carimã, tapioca são alguns exemplos.

É um alimento riquíssimo em carboidratos (amido e açúcares), vitamina do complexo B, Cálcio,

Fósforo e Ferro. Possui alguns exemplares com polpa amarelada apresentando a vantagem adicional de ter bons teores de caroteno que é transformado no organismo em retinol ou Vitamina A, essencial para a visão, pele e mucosas.

**Toxicidade** – Diferente de outras plantas que produzem amido, a mandioca possui um composto extremamente volátil que é capaz de provocar intoxicação em um animal e até mesmo sua morte em algumas situações, esse composto é conhecido por linamarina (beta-glicosídeo e acetona cianidrina) que pode gerar cianeto livre (anion CN), o qual em água forma o ácido

cianídrico, cianeto de hidrogênio ou cianureto de hidrogênio (HCN). A relação de HCN/kg em raiz fresca sem casca são: espécies mansas: <50mg, não tem sabor amargo, são as utilizadas para o consumo humano sendo cozidas, fritas ou assadas o que as torna seguras; espécies moderadas: entre 50 a 100mg; espécies bravas ou venenosas: >100 mg, tem sabor amargo e são utilizadas apenas para fins industriais sendo consumida após processadas em forma de fécula, farinha entre outros.

**Utilização** – Os maiores produtores no Brasil são: Pará, Paraná, Bahia e Maranhão. Da mandio-

ca além das comidas como bolos, beiju, sopa, angu, também são feitas bebidas como o cauim (indígena) feito através da fermentação ou a tiquira feita através da destilação e ambas possuem elevado teor alcoólico. As féculas de mandioca (doce ou azeda) são amplamente utilizadas na produção de diversas comidas, por exemplo, o pão de queijo. Na carta de Padre José de Anchieta, de 1554 é relatada a importância da mandioca para alimentação dos índios e primeiros colonizadores do Brasil, sendo este o motivo para a fundação da cidade de São Paulo. Encontramos diversos relatos sobre o cultivo da



mandioca e cada região do Brasil possui sua característica, entretanto a finalidade é sempre para consumo da tribo.

**Figura 10** - NATIVA DO NOVO MUNDO  
FAZENDO BEIJU



FONTE: Cavalcante (2014).

**Típico do Paraná: o pinhão**  
— O pinhão é a semente de uma árvore tipicamente paranaense, a Araucária, ele se forma dentro de

uma pinha que com o tempo se abre e o pinhão é liberado. Pode ser preparado assado ou cozido sendo usado em sopas, doces e outras iguarias.

**Figura 11 - PINHÃO**



FONTE: Disponível em: <https://g1.globo.com/pr/parana/noticia/2020/04/01/colheita-e-venda-do-pinhao-no-parana-estao-liberadas-a-partir-de-abril.ghtml>. Acesso em: 01 out. 2020.

As criadas indígenas aprimoraram asapaçokas de pinhão (de pilar, apaçoocar no pilão) e adicionaram sobras de carnes assadas e peixes secos às mesmas. A farinha de beiju servia para render o prato. Quando usada, era levada à assadeira para absorver os resíduos da carne que fora assada e desta maneira a farinha, além de úmida, ficava temperada. Só ao ser levada para a mesa, era misturada ao pinhão, moído ou inteiro tão somente enfeitando o prato principal de carne (MENEZES, 2008, p. 31).

Suas qualidades não são apenas no sabor, seus aspectos nutricionais são relevantes e pouco divulgados. A Embrapa Florestas

desenvolve uma pesquisa de caracterização nutricional em amostras de pinhões a fim de contribuir para o conhecimento nutricional deste alimento. Do ponto de vista nutricional, é rico em calorias, fibras, vários minerais como o cobre, zinco, manganês, ferro, magnésio, cálcio, fósforo, enxofre e sódio. Ainda merece destaque o fornecimento de potássio, que auxilia a controlar a pressão arterial. Ainda encontramos ácidos graxos linoleico (ômega 6) e oleico (ômega 9) ajudando assim na prevenção de doenças cardiovasculares, pois auxiliam na redução do colesterol no sangue. O ômega 6 ainda ajuda a controlar

a fome, pois libera um hormônio chamado colecistoquinina que diminui a vontade de comer.

É colhido entre os meses de maio a agosto, a colheita é autorizada a partir de 15 de abril, pois é o período que as sementes já estão maduras. Sua colheita e comercialização só é permitida se o mesmo for encontrado no chão e não estiver verde. As árvores de araucária eram tão abundantes no Paraná que deram origem ao nome da capital, do Guaraní: *kur yt yba* quer dizer “grande quantidade de pinheiros, pinheiral”, na linguagem dos índios, primeiros habitantes do território.

A espécie não era encontrada

apenas em Curitiba e região metropolitana, até o século passado o Estado do Paraná era coberto por matas de araucárias em uma área de 80 mil km<sup>2</sup>. Atualmente, esta área está reduzida em apenas 4% da original. Aqui se abre um questionamento: porque não incluímos o pinhão em nossa cultura alimentar de entrega nos amalás, sendo ele também pertencente à cultura dos povos indígenas da região sul, considerando que a umbanda é composta por espíritos de indígenas, por que os mesmos não pedem esse alimento, essa semente tanto nas entregas quanto em suas guias de trabalho?

Nesse sentido, na imagem ilustrada do Caboclo das Setes Encruzilhadas, o anunciador da Umbanda Brasileira em 1908 no Rio de Janeiro, observamos a presença de diversas araucárias demonstrando a importância dessa árvore.

**Figura 12** - CABOCLO DAS SETES ENCRUZILHADAS



FONTE: Disponível em: <https://fuep.org.br>. Acesso em: 01 out. 2020.



## **Referências**



ABIMILHO. Disponível em: <http://www.abimilho.com.br/milho>. Acesso em: 30 out. 2020.

ALBERNAZ, Dienifer. Conheça as variedades do milho. **MILHAO**. Disponível em: <https://milhao.net/conheca-as-variedades-de-milho/>. Acesso em: 30 out. 2020.

BARBOSA, Ademir Junior. **O livro essencial da Umbanda**. São Paulo: Universo dos Livros, 2013.

BARBOSA, Ademir Junior. **Novo dicionário de Umbanda**. São Paulo: Universo dos Livros, 2014.

BARULHO CURITIBA. **Projeto “Latinidades Curitibanas” mostra a cultura alimentar da América Latina**. Disponível em: <https://barulhocuritiba.bemparana.com.br/>

post/projeto-latinidades-curitibanas-  
mostra- a-cultura-alimentar-da-america-  
latina#.X6ch7W5KjIU. Acesso em: 07  
nov. 2020.

BASSO, Rafaela. **A cultura alimentar paulista: uma civilização do milho?** (1650-1750). 2012. 216 p. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Campinas, SP. Disponível em: <http://www.repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/280958>. Acesso em: 30 out. 2020.

BERNARDO, André. Como **Allan Kardec popularizou o espiritismo no Brasil, o maior país católico do mundo**. BBC News. Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-47751865>. Acesso em: 18 maio 2020.

BITAR, Simone. Sac Actun: A Maior Caverna Subaquática Do Mundo Com Raros Artefatos Maias. **AVENTURAS NA HISTÓRIA**. Disponível em: <https://aventurasnahistoria.uol.com.br/search/?q=maior+caverna+subaquatica>. Acesso em: 30 out. 2020.

CALDAS TIBIRIÇÁ, Luís. **Dicionário Guaraní Português**. São Paulo: Traço Editora Traço, ISBN 85- 7119-017-8, 1989, 174 p.

CAMBOIM, Aurora; RIQUE, Julio. Religiosidade e espiritualidade de adolescentes e jovens adultos. **Revista de História das Religiões**, n.3. p 251-263. 2010.

CASCUDO, Luís da Câmara. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Global, 2004.

CASCUDO, Luis da Câmara. **Canto de Muro**: romance de costumes. 1. ed. Rio de Janeiro: Livraria José Olympio Editora, 1959.

CASTRO, Josué de. **A Alimentação Brasileira à Luz da Geografia Humana**. Rio de Janeiro: Livraria do Globo, 1937.

CAVALCANTE, Messias S. **Comidas os Nativos do Novo Mundo**. Barueri: Sá Editora, 2014. 403p. ISBN 9788582020364.

CHIELLA, Ivanete Vanzela Filippi;  
MALACARNE, Vilmar. **Candomblé e Umbanda na Escola**: cultura, história e origem das religiões de matriz africana. Cadernos PDE, Os Desafios da Escola pública paranaense na perspectiva do Professor PDE, Paraná. 2014.

COPACABANA RUNNERS. Disponível em: <https://www.copacabanarunners.net/milho.html>. Acesso em: 30 out. 2020.

COUTO DE MAGALHÃES, José Vieira. **O Selvagem**. 3.ed. São Paulo: Ed. Nacional (BPB, ser. 5, Brasiliana 3) 1935, p. 166. [1. ed. 1876].

COUTO DE MAGALHÃES, José Vieira. **O Selvagem**, pp. 134-135 - transcrito por CASCUDO, op. cit, verbete *Mani*.

ELIADE, Mircea; COULIANO, Ioan P. **Dicionário das Religiões**. Tradução: Ivone Castilho Benedetti. 2.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

EMBRAPA. Disponível em: [www.embrapa.br/florestas/valor-nutricional-do-pinhao](http://www.embrapa.br/florestas/valor-nutricional-do-pinhao). Acesso em: 31 out. 2020.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo Dicionário da Língua Portuguesa**. 2.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

GARCIA, Cleverson Fernando. **Biomoléculas, sabões, detergentes e polímeros**. 2. ed. Belo Horizonte: CEFET-MG, 2011.

GIMENES, Ederson. **As Diversidades Históricas na Alimentação Paranaense**. Disponível em: <https://www.webartigos.com/artigos/alimentacao-paranaense/82798>. Acesso em: 30 out.2020.

GONZALES, Alexandra. Banquete despachado: oferendas para os orixás. **SUPER INTERESSANTE**. Disponível em: <https://super.abril.com.br/historia/banquete-despachado-oferendas-para-os-orixas/>. Acesso em: 30 out. 2020.

**GSHOW. Mapa mostra regiões do estado do Paraná onde habitam povos indígenas.** Disponível em: <https://gshow.globo.com/RPC/Estudio-C/Extras-Estudio-C/noticia/mapa-mostra-regioes-do-estado-do-parana-onde-habitam-povos-indigenas.ghml>. Acesso em: 30 out. 2020.

**GUIMARÃES, Fernando M. Grifos do Passado.** 2.ed. Curitiba: Reproset Gráfica e Editora Ltda, 2015.

**GUIMARÃES, Fernando M. Umbanda pés no Chão.** Disponível em: <https://www.paimaneco.org.br/2017/07/27/umbanda-pes-no-chao/#1500763242305-%20e39ee5b7-1c3a>. Acesso em: 09 nov. 2020 às 11h22min.

**HUFFPOST.** Disponível em: <https://www.huffpostbrasil.com/entry/>

beneficios-do-pinhao-e- receitas\_  
br\_5d03a82de4b0304a120e499c. Acesso  
em: 31 out. 2020.

INGRESSO MACHU PICCHU. **As  
oferendas Incas.** Disponível em:  
[https://www.ingressomachupicchu.com/  
as-oferendas-inca/](https://www.ingressomachupicchu.com/as-oferendas-inca/). Acesso em: 30 out.  
2020.

INMETRO. **Açúcar.** Disponível  
em: [http://www.inmetro.gov.br/  
consumidor/produtos/acucar.asp](http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/acucar.asp).  
Acesso em: 30 Abr. 2014.

JARDIM, Tatiana. **Umbanda:**  
História, cultura e resistência. Trabalho  
de Conclusão de Curso (Graduação  
em Serviço Social) - Rio de Janeiro:  
Universidade Federal do Estado do Rio  
de Janeiro, 2017. 111p.

LABORANALISE. **Conheça os**



**benefícios da canjica para a alimentação.** Disponível em: <http://www.laboranalise.com.br/conheca-os-beneficios-da-canjica-para-a-alimentacao/>. Acesso em: 30 out. 2020.

LINEA VERDE. **7 Benefícios do Feijão Fradinho.** Disponível em: <https://lineaverde.com.br/7-beneficios-do-feijao-fradinho/>. Acesso em: 06 nov. 2020 às 10h30.

LUZ Divina da Umbanda. **Orixá Malet, um personagem da Umbanda no Brasil.** Livro impresso Umbanda Pés no Chão, 2019. Disponível em: <https://luzdivinadaumbanda.wixsite.com/home/orixamalet>. Acesso em: 30 out. 2020

MANDIOQUEIRO. **História da Mandioca:** Lendas e Mitos. Disponível em: [https://www.mandioqueiro.com.br/?pg=curiosidade\\_ver&cur\\_id=55](https://www.mandioqueiro.com.br/?pg=curiosidade_ver&cur_id=55). Acesso em: 04 nov. 2020.

MENEZES, Helena Maria. **Pinhão Indígena** – Culinária do Paraná. Curitiba: SENAC, 2008.

MINHA VIDA. **Milho é rico em vitaminas e minerais, mas deve ser consumido com moderação.** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/alimentacao/materias/17929-milho-e-rico-em-vitaminas-e-minerais-mas-deve-ser-consumido-com-moderacao>. Acesso em: 30 out. 2020

MONTANARI, Massimo. **Comida como cultura.** São Paulo: Editora Senac, 2008.

OLIVEIRA, José Henrique Motta de. **Das Macumbas à Umbanda:** uma análise histórica da construção de uma religião brasileira. Limeira: Editora do Conhecimento, 2008.

PAQUETE, Suzana. Quais as diferenças entre açúcar cristal, refinado, demerara e mascavo? **Mundo Estranho. Super Interessante.** Disponível em: <https://super.abril.com.br/mundo-estranho/quais-as-diferencas-entre-acucar-cristal-refinado-demerara-e-mascavo/>. Acesso em: 30 out. 2020.

PEREIRA, REGINA Célia. É festa de pinhão: os benefícios e a rica história desse alimento. **VEJA SAÚDE.** Disponível em: <https://saude.abril.com.br/alimentacao/e-festa-de-pinhao-os-beneficios-e-a-rica-historia-desse-alimento/>. Acesso em: 31 out. 2020.

PILLA, Maria Cecília Barreto Amorim; RIBEIRO, Cilene da Silva Gomes. Carlos Roberto Antunes dos Santos e a história da alimentação do Paraná. **História: Questões & Debates**, Curitiba, volume 66, n.1, p. 197-221, jan./jun. 2018.

PORTAL São Francisco. Mandioca.  
Disponível em: <https://www.portalsaofrancisco.com.br/alimentos/mandioca>. Acesso em: 04 nov. 2020.

PREFEITURA Municipal de Curitiba.  
**História - Fundação e Nome da Cidade.** Disponível em: <https://www.curitiba.pr.gov.br/conteudo/historia-fundacao-e-nome-da-cidade/207>. Acesso em: 04 nov. 2020.

PREMIER e Medicina. **6 benefícios do mel natural.** Disponível em: <https://premiermedicina.com.br/6-beneficios-do-mel-natural/>. Acesso em: 06 nov.2020 às 11h01.

REVISTA DE ATUALIDADE INDÍGENA.  
Comportamento social dos Parakanã.  
P. 26-33. *In:* **Revista de Atualidade Indígena.** Brasília, Fundação Nacional do Índio. 1979, ano III, nº 19, 64p.

SANTOS, Carlos R. Antunes dos. A alimentação e seu lugar na história: os tempos da memória gustativa. **História: Questões e Debates**. Curitiba, n. 42, p. 11-31, 2005. Editora UFPR.

SO HISTORIA. Mandioca- Lendas e Mitos. Disponível em: <https://www.sohistoria.com.br/lendasemitos/mandioca/>. Acesso em: 04 nov. 2020.

TERREIRO Pai Maneco. **Umbanda Pés no Chão**. Escrito por Pai Fernando Guimarães de Ogum. Disponível em: <https://www.paimaneco.org.br/2017/07/27/umbanda-pes-no-chao/>. Acesso em: 30 out. 2020.

TIERRA AMERICA. Disponível em: <http://www.tierramerica.net/2001/0408/pconectate.shtml>. Acesso em: 30 out. 2020.

TODA FRUTA. Disponível em: <https://www.todafruta.com.br/>. Acesso em: 30 out. 2020.

WESTPHALEN, Cecília Maria. História do Paraná. *In*: EL-KHATIB, Faissal. (org). **História do Paraná**. 2.ed. Curitiba: Grafipar, 1969.

WIKIPEDIA. **Candomblé**. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Candomblé>. Acesso em: 30 out. 2020.

WIKIPEDIA. **Mandioca**. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Mandioca>. Acesso em: 04 nov. 2020.

WIKIPEDIA. **Milho**. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Milho>. Acesso em: 30 out. 2020.

WIKIPEDIA. **Pipoca**. Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Pipoca>. Acesso em: 30 out.2020.



## **Contatos do Autor**



**João Emerson da Costa**

E-mail:

doutorjack@bol.com.br

Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/7089896309150159>



SYNTAGMA