

CULTURA ALIMENTAR AFRODIASPÓRICA: VÍNCULO ANCESTRAL PARA FORTALECER A CONEXÃO ENTRE BRASIL E ÁFRICA

AFRO-DIASPORIC FOOD CULTURE: ANCESTRAL BOND TO STRENGTHEN THE CONNECTION BETWEEN BRAZIL AND AFRICA

CULTURA ALIMENTARIA AFRODIASPÓRICA: VÍNCULO ANCESTRAL PARA FORTALECER LA CONEXIÓN ENTRE BRASIL Y ÁFRICA

Osiyallê Akanni Silva Rodrigues^{1*}
Thaynara Thaissa Dias Guimarães²
Audêncio Victor³
Sisnando Souza Pacheco⁴
Andrêa Ferreira⁵

RESUMO

A comida e os hábitos culturais provenientes do continente africano foram e continuam sendo importantes para a composição da cultura alimentar brasileira, oferecendo uma riqueza que vai desde alimentos in natura ou minimamente processados até comidas e preparações carregadas de história e significados, que garantem a qualidade nutricional, saúde e conexão com a terra. Este ensaio buscou demonstrar, através de uma metodologia qualitativa descritiva e da bibliografia de referência, como a valorização dos alimentos in natura ou minimamente processados, presentes em preparações de matriz africana e na cultura alimentar afrodiaspórica brasileira, pode fortalecer o elo entre as regiões, além de promover a Educação Alimentar e Nutricional. Tal valorização constitui uma forma de resistência ao avanço da produção e do consumo de alimentos ultraprocessados, os quais contribuem para o apagamento da soberania alimentar.

Palavras-chave: Cultura Alimentar; Brasil; África; Candomblé, Ultraprocessados.

^{1*} Nutricionista e Mestre em Saúde Coletiva pelo Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia (UFBA). World Food Program (WFP)/ Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia. E-mail osi.nutri@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9651-4062> . Autor correspondente.

² Doutora em Extensão Rural. World Food Program (WFP) /Grupo de Estudos e Pesquisa Sobre Alimentos e Manifestações Tradicionais - Universidade Federal de Sergipe. E-mail thaynara.dias@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6733-828X>

³ Nutricionista e Doutorando pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Pública. Universidade de São Paulo/ London School of Hygiene & Tropical Medicine. E-mail audenciovictor@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8161-3639>

⁴ Mestrando em Alimentos, Nutrição e Saúde - Programa de Pós-Graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde. Escola de Nutrição – Universidade Federal da Bahia. E-mail sisnandopacheco@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9324-9320>

⁵ Doutora em Saúde Pública pelo Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia (UFBA). Centro de Integração de Dados e Conhecimentos para Saúde (CIDACS) - Fiocruz/Bahia e Associação de Pesquisa Iyaleta. E-mail andreaferreira@iyaleta.org ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6884-3624>

ABSTRACT

The food and cultural habits originating from the African continent have been and continue to be important for shaping Brazilian food culture, offering a rich culinary heritage that ranges from fresh or minimally processed foods to dishes and preparations steeped in history and meaning. These contribute to nutritional quality, health, and a deep connection with the land. This essay aimed to demonstrate, through a descriptive qualitative methodology and reference literature, how the appreciation of fresh or minimally processed foods—present in preparations of African heritage and in the Afro-diasporic Brazilian food culture—can strengthen the bond between regions, while also promoting Food and Nutrition Education. In doing so, it serves as a form of resistance against the growing production and consumption of ultra-processed “foods” that undermine food sovereignty.

Keywords: Food Culture; Brazil; Africa; Candomblé; Ultra-processed Foods.

RESUMEN

Los alimentos y los hábitos culturales provenientes del continente africano han sido, y siguen siendo, fundamentales para la conformación de la cultura alimentaria brasileña. Ofrecen una riqueza culinaria que abarca desde alimentos frescos o mínimamente procesados hasta platos y preparaciones cargados de historia y significados, que garantizan la calidad nutricional, la salud y la conexión con la tierra. Este ensayo tuvo como objetivo demostrar, mediante una metodología cualitativa descriptiva y a partir de una revisión bibliográfica, cómo la valorización de los alimentos frescos o mínimamente procesados — presentes en preparaciones de matriz africana y en la cultura alimentaria afrodiaspórica brasileña— puede fortalecer los vínculos entre regiones, además de promover la Educación Alimentaria y Nutricional. De este modo, constituye una forma de resistencia frente al avance de la producción y el consumo de alimentos ultraprocesados, que amenazan la soberanía alimentaria.

Palabras clave: Cultura alimentaria; Brasil; África; Candomblé; Alimentos ultraprocesados.

INTRODUÇÃO

A cultura alimentar: saberes passados e continuados.

A cultura alimentar é construída ao longo do tempo, a partir de aspectos culturais que perpassam técnicas de cocção, costumes, crenças, territórios habitados, alimentos disponíveis etc., formulando, assim, hábitos alimentares particulares de cada segmento populacional, os quais se moldam e são transmitidos entre as gerações. Ainda que possam ser adaptados e ressignificados, esses hábitos não perdem suas raízes seculares (quicá milenares), preservando as características dos povos e estabelecendo o elo entre o alimento, a identidade e a memória coletiva.

Inseridos sob o grande guarda-chuva da “cultura alimentar”, estão os tipos de preparações e/ou ingredientes que fazem parte dessa construção. A partir do Guia Alimentar para a População Brasileira, é possível notar os quatro grupos de

alimentos inseridos na alimentação: i) alimentos in natura ou minimamente processados; ii) óleos, gorduras, sal e açúcar; iii) alimentos processados e; iv) alimentos ultraprocessados (1). Vale destacar que o primeiro grupo, indicado como base principal da alimentação, é formado por alimentos adquiridos diretamente de plantas e animais, que colaboram com uma alimentação saudável, oferecem sabor e que promovem um sistema alimentar sustentável, no que tange aos aspectos sociais e ambientais⁽¹⁾. Ao observar preparações realizadas em países africanos e suas adaptações em terras brasileiras, nota-se que ingredientes in natura ou minimamente processados constituem os pilares de hábitos alimentares que conectam essas duas regiões.

É o caso do acarajé brasileiro e do akará do Benin: ambos têm como base o feijão-fradinho em sua elaboração. Outros pratos, como o acaçá e o angu, aproximam-se da xima de Moçambique e do ugali do Quênia, os quais têm o milho branco como base. Já os tradicionais representantes da alimentação brasileira, o arroz e o feijão, compõem o prato baião de dois, iguaria a qual estabelece semelhanças com o ayimolou do Togo, também conhecido por outros nomes, como watché, em algumas regiões do país e do Benin; waakye em Gana; e dOUNGOURI ou niabe, entre povos Haoussa e Darma do Níger⁽²⁾.

A composição dos pratos brasileiros com ingredientes também presentes no continente africano passou pelo conhecimento ancestral necessário à sua preparação, formando, ao longo do tempo, iguarias como pamonhas, mingaus, cuscuz de tapioca, munguzá, cuscuz de milho e de carimã⁽³⁾.

Adicionalmente, como não citar o arroz de coco feito no Brasil, uma continuação dos ensinamentos moçambicanos – como em Sofala, onde o leite de coco é utilizado na preparação dessa iguaria⁴. Outro alimento que se destaca é a pimenta, proveniente da região da Malagueta, por conta do Afromum malagueta, planta comum na África Ocidental. Ela está muito presente no cotidiano de algumas culturas africanas e, no Brasil, é amplamente utilizada tanto nas preparações culinárias do dia a dia quanto em rituais do candomblé, como nas oferendas a Exú⁽⁴⁾.

Vale mencionar também a rabada, preparação realizada na África do Sul com ingredientes diferentes da versão brasileira, como cravo-da-índia e alcaparras⁽⁵⁾. Nesse cenário, é fundamental destacar as influências das mulheres negras, que vieram da África com saberes culinários, promoveram adaptações nas

receitas e, por meio da comercialização dessas preparações, exerceram protagonismo na libertação de outras pessoas negras durante o período colonial⁽⁵⁾.

Neste sentido, a comida afro-brasileira possui uma conformação diretamente vinculada à vinda de africanos escravizados, que trouxeram saberes, ingredientes e histórias de suas iguarias, as quais replicaram e/ou adaptaram no Brasil. Os conhecimentos e as práticas – compartilhados, transmitidos e herdados ao longo das gerações – que constituem o vínculo das refeições entre o Brasil e países do continente africano, articulam entre si o trabalho, a memória, o cotidiano e, também, a comida tradicional. Ingredientes como pimentão, tomate, amendoim e castanha-de-caju eram bastante utilizados no período colonial para desenvolver ou adaptar receitas provenientes do continente⁽³⁾.

A comida faz parte da elaboração cultural do alimento, indo além dos aspectos biológicos e nutricionais. Também se come por prazer – afinal, “toda substância nutritiva é alimento, mas nem todo alimento é comida”⁽⁶⁾. Ela compõe uma matriz cognitiva ampla, na qual os hábitos alimentares formam uma linguagem que fala sobre gênero, família, religião e identidade⁽⁷⁾. Para além da alimentação, o vínculo entre Brasil e África extrapola os hábitos alimentares: está presente nas religiões e na cultura afro-brasileira, bem como no vocabulário das terras brasileiras, a partir de palavras de origem Quimbundo, Quicongo e Iorubá, por exemplo⁽⁸⁾.

No entanto, mudanças no padrão alimentar têm reduzido o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, em detrimento do crescimento de produtos sintetizados a partir de uma baixa variedade de alimentos disponíveis na natureza. De acordo com a classificação NOVA⁽⁹⁾, o grupo de alimentos denominado “não processados ou minimamente processados” é composto por: i) partes comestíveis de plantas ou animais após serem removidos da natureza (in natura ou não processados); e ii) alimentos naturais submetidos a processamentos que envolvem a remoção de partes não comestíveis, além de etapas que os tornem aptos para estocagem, preservando suas características naturais e agradáveis ao consumo⁽⁹⁾. Neste grupo estão presentes as frutas, carnes, vísceras, cereais, tubérculos, grãos, vegetais, entre outros.

Em contrapartida, existe outro grupo de alimentos: os alimentos ultraprocessados (AUP), um conglomerado de produtos compostos parcial ou integralmente por substâncias derivadas de alimentos, segmentos alimentares e ingredientes culinários – como açúcar, gorduras, óleos e/ou sal – provenientes das

partes comestíveis de frutas, vegetais e animais⁽⁹⁾. Refrigerantes, lanches doces e/ou salgados e refeições pré-prontas são exemplos desses produtos alimentícios, os quais têm origem, em grande parte, em monoculturas voltadas para atender, sobretudo, ao mercado de exportação⁽⁹⁾. Para além das alterações no alimento e das relações mercantis, os AUP estão associados ao desenvolvimento de depressão, enfermidades, incidência de doenças crônicas não transmissíveis e mortes prematuras^(10,11,12).

Neste contexto, este artigo buscou, objetivamente, evidenciar a influência da culinária africana na conformação da cultura alimentar brasileira, ora associada ao consumo cotidiano, ora aos rituais candomblecistas. Buscou, ainda, demonstrar como a valorização da cultura alimentar afrodiaspórica brasileira constitui uma forma de resistência aos impactos negativos das transformações alimentares contemporâneas, que vêm reduzindo o consumo dos alimentos in natura ou minimamente processados e, conseqüentemente, comprometendo a saúde humana. Para atingir esses objetivos, lançou-se mão de uma metodologia qualitativa, de caráter exploratório, fundamentada em revisão bibliográfica de referência.

Para melhor compreensão das ideias aqui expostas, este texto foi dividido em cinco partes. Além desta introdução, a discussão se articula em torno das mudanças no padrão alimentar e seus reflexos sobre os hábitos alimentares e a nutrição. Em seguida, abordam-se os vínculos culturais e alimentares nas Comunidades-Terreiro de Candomblé, evidenciando os significados simbólicos e nutricionais dos alimentos na dieta afro-religiosa brasileira. A quarta parte é dedicada à apresentação de alternativas para a valorização do elo entre Brasil e África, assim como da cultura alimentar afro-brasileira. Por fim, são apresentadas as considerações finais.

Mudanças no hábito alimentar e seus impactos na alimentação saudável e na nutrição.

Entre 1965 a 1980, ocorreu um período histórico marcado pela industrialização e modernização da agricultura e da produção alimentar. Um dos discursos recorrentes até o século passado era a noção de que produzir em larga escala era necessário; portanto, apenas os grandes produtores seriam capazes de prover alimentos em quantidade suficiente para sanar o problema da fome. Nesta

lógica, a produção agropecuária e os setores de processamento e distribuição passaram a adotar tecnologias capazes de aumentar a produtividade e garantir a distribuição dos gêneros alimentícios. Esse processo foi viabilizado por meio de pesquisas, incentivos governamentais e tecnologias que levaram à substituição de matérias-primas e ao uso de aditivos para tornar os alimentos mais baratos e duráveis⁽¹³⁾.

Essas alterações no sistema alimentar também representam um enfraquecimento do conjunto de normas sociais que estruturam as práticas alimentares de diferentes grupos e populações no Brasil e em países africanos – processo igualmente endossado pela medicalização da alimentação cotidiana. Segundo Jean-Pierre Poulain⁽¹⁴⁾, a ciência médica avança no mesmo ritmo dos interesses econômicos. O autor propõe a compreensão dessas implicações da alimentação a partir de dois estágios: a “transição nutricional” e a “transição alimentar”. O primeiro destaca fenômenos sociais – identidade, cultura, diferenciação social – que incluem a alimentação nos diferentes estágios desse processo de transição. O segundo aponta as consequências dessas transformações nos processos de consumo e aquisição, nas formas de regulação da ingestão alimentar e no afastamento (ou ausência) das relações entre quem consome o alimento e os contextos naturais e sociais de sua produção.

O principal fator que impulsiona a transição nutricional e alimentar consiste na conexão entre as políticas alimentares e a indústria de alimentos. O desenvolvimento dessas políticas comerciais caracteriza as indústrias “não apenas como consequência de uma série de decisões políticas agrícolas, mas também como resultado da pressão crescente que os acionistas exercem sobre as indústrias agroalimentares, como consequência do financiamento econômico” ⁽¹⁴⁾. Nesse sentido, a medicalização da alimentação cotidiana e o aumento concomitante de doenças como diabetes e obesidade também decorrem desse fenômeno.

Neste contexto, a alimentação deixa de ser algo natural e socialmente regulado para tornar uma questão de escolha individual. Esse movimento da alimentação entre o social e o individual, somado às esferas sociais que tradicionalmente operam com configurações de racionalidade pautadas no valor, fortalece a percepção de superioridade do alimento industrializado em relação ao alimento artesanal e a comida tradicional ⁽¹⁵⁾.

Paralelamente a isso, o modelo de produção atualmente empregado definitivamente não tem corroborado com soluções para frear uma narrativa do passado que ainda permeia os dias atuais: a insegurança alimentar e nutricional. O curioso caso da batata-doce e da batata-doce de polpa alaranjada em Nampula (Moçambique) evidencia como a padronização da alimentação, impulsionada pelo colonialismo e pela globalização, deve respeitar a cultura local – ainda que tenha como objetivo mitigar a fome. Na ocasião, ambos os tubérculos foram introduzidos na cultura local como alternativas para a melhoria da segurança alimentar e nutricional, mas foram rejeitados pela população em razão da imposição de seu consumo por parte dos colonizadores, o que ativou memórias do período escravagista. Assim, por mais que sejam considerados alimentos com bom valor nutricional, não possuem o valor social e comunitário que alimentos como o arroz e a mandioca representam para essa população ^(16,17).

Dessa forma, nota-se que modificações nos hábitos alimentares – sejam elas fruto de opressões coloniais, de interesses mercadológicos ou de outras direções – afetam diretamente a soberania alimentar e a produção de alimentos entre comunidades e populações. O abastecimento de alimentos seguros, que respeitem e sustentem as culturas locais, bem como a garantia do direito à escolha dos alimentos consumidos por um povo, são elementos que compõem a soberania alimentar ⁽¹⁸⁾, aspecto que vem sendo dizimado com o crescimento da produção e do consumo de alimentos ultraprocessados.

Deste modo, o modelo atual de produção de alimentos – e, conseqüentemente, de refeições – afasta, cada vez mais, a compreensão da tradição, entendida como um “conjunto de práticas”, normalmente reguladas por regras tácitas ou abertamente aceitas, de natureza ritual ou simbólica, que visam inculcar certos valores e normas de comportamento através da repetição ⁽¹⁹⁾. A tradição carrega como características o dinamismo, a criatividade, a invenção e reinvenção. Ela surge como elo entre passado, presente e futuro, conduzindo o indivíduo às práticas que lhe permitem reconhecer-se frente ao outro. Segundo Giddens ⁽²⁰⁾, repetitividade, integridade e continuidade – por meio da ritualização – são elementos que permitem à tradição desenvolver-se, amadurecer, enfraquecer ou desaparecer.

Nesse sentido, as práticas alimentares tradicionais seguem a esteira da noção de tradição e trazem consigo o rito e a inventividade. São produzidas por

meio de um saber-fazer “que transpassa a produção artesanal, onde o conhecimento aplicado é transmitido entre gerações, herdado da cultura familiar ou de um grupo que representa toda uma região, o que acaba por originar produtos com características singulares” (21).

Dessa maneira, as refeições preparadas no Brasil com vínculo africano não se limitam apenas à produção de pratos culinários. Elas envolvem os utensílios, a origem da matéria-prima alimentar e revelam modos de fazer, armazenar e consumir.

Vínculos culturais e alimentares nas comunidades-terreiro de Candomblé: conexões entre Brasil e África.

Nas comunidades-terreiro de Candomblé, existem diferentes tipos de cozinhas, o que automaticamente evoca a ideia de múltiplas dietas. Sousa Júnior⁽²²⁾ apresenta uma sequência delas, das quais nos interessam especialmente a cozinha habitual e a cozinha ritual. A primeira é marcada pelo consumo de alimentos e preparações comuns nas casas brasileiras – as comidas do dia a dia do terreiro – destacando-se a presença do arroz, feijão, macarrão, carne bovina, entre outros. Já a segunda, chamada de cozinha ritual ou de santo, é a cozinha votiva. Nela, são elaboradas as comidas oferecidas às divindades. Tais preparações não fazem parte da rotina alimentar do terreiro, sendo reservadas para dias e ocasiões especiais, devido à sua alta complexidade gastronômica e financeira. Por isso, são tradicionalmente associadas às festas religiosas.

A comida, nesse contexto, apresenta um significado que vai além do aspecto nutricional: ela possui valor simbólico, é transmissora de força e axé, a partir da utilização de grãos, frutas, raízes e folhas⁽²³⁾. Nos terreiros, tudo come, tudo recebe tratamento especial – não há festividade sem comida. Do nascimento à morte, a comida está presente, estando, portanto, intimamente ligada às divindades. No culto aos orixás, nkisis e voduns – divindades de origem africanas no Brasil – a presença dos alimentos *in natura* ou minimamente processados é materializada nas liturgias. Os alimentos votivos das divindades demonstram sua importância, relevância e presença nas práticas rituais e nas cozinhas dos terreiros.

Cada orixá aceita e tem predileção por determinados alimentos. Por exemplo, a divindade Exú, conhecida como “a boca que tudo come”, aprecia o *padê*, uma preparação à base de farinha de mandioca e azeite de dendê. Já Omolu ou

Obaluaiyê, senhor da terra, recebe todos os grãos – visto que “tudo te pertence” –, com preferência pelo *deburu* (pipoca). Ogum, divindade associada a guerra, come apressadamente e se alimenta de feijão e inhame. Oxóssi, o caçador, consome *axoxô*, uma preparação à base de milho vermelho com filetes de coco, além de frutas e carnes de caça. Oxum prefere preparações mais elaboradas, como *omolokum* e *ipeté*, feitas com feijão-fradinho e inhame, respectivamente. Xangô e Oyá, divindades do fogo, aceitam preparações ricas em azeite de dendê, como *acarajé (akará)* e *abará*, ambas à base de feijão-fradinho. Iemanjá, a grande mãe dos africanos na diáspora, alimenta-se de feijão-branco, fava, arroz, milho branco e peixes. Por fim, Oxalá, o pai da humanidade, recebe preparações sem condimentos: inhame, milho branco, coco, *acaçá*⁽²⁴⁾.

Um alimento de destaque nas vivências dos terreiros é o inhame, amplamente consumido pela população brasileira. O Brasil é o segundo maior produtor mundial do tubérculo, com cerca de 70% da produção concentrada na região Nordeste⁽²⁵⁾. O consumo do inhame estabelece uma conexão profunda entre o Brasil e a África: todas as divindades o consomem, cada uma à sua maneira. Esse costume foi importado pelos povos de fala iorubá que habitavam a região de Egbado, na atual Nigéria, e que migraram para diversas regiões da atual República do Benin, Gana, Nigéria e Togo⁽²⁶⁾.

Tão importante é o inhame para essas comunidades que festividades são realizadas em sua homenagem. Uma delas é a festa de Oxalá, que dura 16 dias e culmina com a festa do Pilão, simbolizando a colheita dos inhames. A celebração consiste no preparo e consumo do axé de inhame pilado^(26,27).

Alternativas para valorizar os alimentos naturais que mantêm o elo entre Brasil e África.

Como demonstrado, o grupo de alimentos *in natura* ou minimamente processados faz parte da alimentação brasileira e está inserido também no candomblé, evidenciando como a cultura alimentar desperta histórias, memórias, contextos e referências de um território. Além disso, promove trocas de saberes, (re)conhecimento sobre um tema e o fortalecimento de vínculos, os quais contribuem para o desenvolvimento de territórios saudáveis e sustentáveis.

Neste sentido, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) pode ser uma grande aliada na valorização desses alimentos que estabelecem vínculos afro-

diaspóricos. A partir de um conceito ampliado de EAN – entendido como um campo construído por fatores socioculturais, tradicionais e científicos, que promove o direito humano à alimentação adequada e considera suas interações e significados, entre outros aspectos⁽²⁸⁾ –, é possível afirmar que as práticas culinárias presentes na cozinha afro-brasileira, como aquelas das comunidades-terreiros de Candomblé, constituem manifestações recorrentes da EAN. Essas práticas convidam as pessoas a consumir alimentos saudáveis e, ao mesmo tempo, ampliam o conhecimento cultural de um povo.

Vale ressaltar também que a “comensalidade” praticada nas comunidades e terreiros de Candomblé pode representar o intercâmbio cultural entre os diversos povos que compõem a nação brasileira, conforme destaca o Marco de Referência de EAN⁽²⁹⁾. O momento da alimentação durante as festas de candomblé, quando muitos reverenciam seus semelhantes dizendo “ajeum” (ou ajeun), ilumina essa troca cultural entre Brasil e África. *Ajeum* ou *ajeun*, palavras de origem iorubá resultantes da contração entre “awa” (nós) e “jeun ou jé” (comer), são ditas no ato de comer junto durante as celebrações.

Desta forma, esses momentos em que os comensais se nutrem do alimento e do axé da comida – muitas vezes preparada com alimentos *in natura* ou minimamente processados – podem ser compreendidos dentro do amplo espectro da EAN. O *ajeum* representa o elo entre o material e o imaterial, a união entre passado e presente que, juntos, alimentam o futuro. É o ato de concatenar, por meio de alimentos, os conhecimentos ancestrais.

Ações do poder executivo, por meio de leis e decretos, também podem ser aliadas na valorização do vínculo cultural entre Brasil e África, contribuindo para a promoção da saúde e do bem-estar da população brasileira. Ainda considerando a EAN como prática essencial na promoção de hábitos saudáveis, destaca-se o Decreto nº 11.821, de 12 de dezembro de 2023, que estabelece princípios, eixos estratégicos e diretrizes para ações voltadas à alimentação adequada e saudável no ambiente escolar⁽³⁰⁾.

O artigo 5º desse decreto inclui a EAN, a ser implementada nas redes públicas e privadas de ensino, como eixo fundamental para a promoção de alimentação saudável. O texto ressalta a importância de considerar as especificidades regionais e culturais na definição de boas práticas de educação alimentar no ambiente escolar. Assim, diante da qualidade nutricional dos alimentos

que compõem o vínculo “Brasil-África” e da riqueza cultural e religiosa que permeia esse grupo alimentar, sugere-se que as ações de EAN, em determinados territórios, levem em consideração as contribuições da cultura afrodiáspórica na formação social e alimentar do país.

Outro instrumento normativo relevante nesse debate é o Decreto nº 11.936, publicado em março de 2024, que dispõe sobre a composição da cesta básica de alimentos. O decreto enfatiza que a promoção da alimentação adequada e saudável, por meio das cestas, deve ser orientada por diversos princípios – entre eles, o respeito à cultura alimentar – e considera não apenas a quantidade, mas também a qualidade dos alimentos ofertados⁽³¹⁾.

Diante dessas recomendações e da necessidade de respeitar a regionalidade das cestas básicas, é importante que os tomadores de decisão orientem suas ações futuras considerando a influência da comida afro-brasileira em contextos específicos. Para isso, recomenda-se a consulta a fóruns, conselhos e representantes da comunidade de Candomblé, a fim de identificar as melhores alternativas para garantir que esses alimentos cheguem às mesas da população sem ferir os hábitos alimentares locais.

Com o intuito de demarcar a relevância desses alimentos para a nutrição e a cultura brasileira, algumas recomendações podem ser consideradas. O Brasil possui uma lista significativa de alimentos regionais – muitos dos quais citados neste trabalho – presentes especialmente no Nordeste, mas também em outras regiões, como Centro-Oeste e Sudeste⁽³²⁾. No entanto, esse documento oficial ainda não contempla certos alimentos *in natura* ou minimamente processados que estão inseridos em preparações de raízes africanas.

Além disso, a agricultura de base agroecológica é uma grande aliada na preservação do elo entre Brasil e África por meio dos alimentos plantados e colhidos em sistemas tradicionais. A redução da diversidade na produção de alimentos *in natura*, como destacado anteriormente, pode enfraquecer o estabelecimento desses vínculos culturais. No entanto, observa-se a resistência ativa de comunidades rurais, povos e populações tradicionais que, por meios de sistemas produtivos de base agroecológica, cultivam alimentos tradicionais e fomentam a sustentabilidade dos agroecossistemas, além de fortalecer a soberania alimentar local⁽³³⁾.

Nesse contexto, é importante destacar que as dietas saudáveis e sustentáveis, fundamentadas em alimentos e preparações tradicionais, promovem a

saúde e o bem-estar dos indivíduos sob diversas dimensões – física, mental, social e ambiental –, além de contribuírem para a prevenção das múltiplas formas de má nutrição⁽³⁴⁾. Essas práticas também atuam na (re)vitalização das sociedades modernas, conectando passado e presente por meio da alimentação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentro deste escopo, é urgente a necessidade de direcionar os holofotes e os esforços para a valorização da produção e do consumo de comidas provenientes de hábitos alimentares tradicionais de matriz africana. Essa dedicação poderá resultar em dois principais benefícios: i) a preservação da cultura transmitida por meio do alimento; e ii) o incentivo ao consumo de alimentos mais saudáveis, em detrimento do crescimento da ingestão de produtos ultraprocessados e da baixa diversidade nutricional.

Ainda que o mundo esteja vivendo um processo intenso de mudanças no padrão alimentar, voltado para “a modernidade da dieta”, Sidney Mintz destaca que os hábitos alimentares podem, de fato, mudar ao longo da vida, mas o elo entre os aprendizados sociais e as formas de se alimentar permanecem, talvez para sempre⁽³⁵⁾. Tal afirmação ajuda a explicar a relação biopsicossocial estabelecida entre a comida afrodiaspórica brasileira e sua ancestralidade africana.

Olhar para o passado para entender o futuro. Esse ensinamento do pássaro Sankofa aplica-se a diversas esferas da vida, inclusive à alimentação e à nutrição. Ao refletir sobre as mudanças no padrão alimentar brasileiro, é pertinente questionar, por exemplo, a perda dos caldos (ou caris), acompanhamentos muito populares nas cozinhas africanas, frequentemente elaborados à base de folhas (inclusive medicinais), coco, raízes e outros ingredientes naturais. Nota-se, em contrapartida, que a alimentação brasileira apresenta grande variedade de molhos, como os tradicionais molho pesto, branco, madeira, entre outros. Sendo o Brasil uma nação composta por hábitos oriundos de diferentes partes do mundo, é legítimo perguntar: em qual parte da história os caldos africanos deixaram de fazer parte (se é que um dia fizeram) dos hábitos alimentares no Brasil?

Dessa forma, a fim de garantir o direito humano à alimentação adequada, recomenda-se o desenvolvimento de mais estudos antropológicos sobre as comidas tradicionais, com o objetivo de ampliar o elo entre Brasil e África. Além disso, são

necessários estudos quantitativos que investiguem a diversidade de alimentos in natura ou minimamente processados, estabelecendo conexões entre essas culturas no âmbito dos sistemas alimentares.

É igualmente importante estimular produções científicas que reconheçam as comidas do Candomblé como patrimônios fundamentais para a concepção da sociedade brasileira, promovendo sua documentação por meio de relatórios, guias, notas técnicas, entre outros instrumentos, em reverência aos conhecimentos aportados pelos povos africanos ao longo da história. Por fim, é imprescindível que ações dos poderes Executivo e Legislativo sejam implementadas com o objetivo de assegurar que a soberania alimentar – fortalecida pela cultura alimentar afrodiáspórica – permaneça viva no cotidiano da população brasileira.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. (2014). *Guia alimentar para a população brasileira* (2ª ed., 1ª reimpr.). Ministério da Saúde.
2. Kouwonou, I. (2025, março 15). *Ayimolou, le plat togolais le plus populaire chez les jeunes*. BBC Afrique. <https://www.bbc.com/afrique/articles/c990xxn0jilo>
3. Silva, V. G. S. (2012). *A cozinha afro-baiana para além do dendê e das pimentas*.
4. Ribeiro, P. H. M. (2009). Comida e religiosidade: dos cultos afro-brasileiros para a história da alimentação brasileira. *Semana de Humanidades*, 1–6.
5. Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC). (2025, março 15). *A influência da culinária africana no Brasil*. <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/influencia-da-culinaria-africana-no-brasil>
6. Da Matta, R. (1987, julho). Sobre o simbolismo da comida no Brasil. *O Correio*, 15(7), 22.
7. Woortmann, E. F. (2006). A lógica e a simbólica dos sabores tradicionais. In W. M. C. Araújo & C. Tenser (Orgs.), *Gastronomia, cortes e recortes* (pp. xx–xx). Editora SENAC.
8. Castro, Y. (1980). *Os falares africanos na interação social do Brasil Colônia*. Centro de Estudos Baianos.
9. Monteiro, C. A., Cannon, G., Moubarac, J.-C., Levy, R. B., Louzada, M. L. C., & Jaime, P. C. (2018). The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutrition*, 21(1), 5–17.
10. Nilson, E. A. F., Andrade, R. C. S., Brito, D. A. S., Oliveira, M. L., & Jaime, P. C. (2022). The projected burden of non-communicable diseases attributable to overweight in Brazil from 2021 to 2030. *Scientific Reports*, 12(1), 22483. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-26337-6>
11. Nilson, E. A. F., Ricco, R. G. L., Andrade, G. C., Brito, D. A. S., & Jaime, P. C. (2023). Premature deaths attributable to the consumption of ultra-processed

- foods in Brazil. *American Journal of Preventive Medicine*, 64(1), 129–136.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2022.07.002>
12. Samuthpongton, C., Nguyen, L. H., Okereke, O. I., et al. (2023). Consumption of ultraprocessed food and risk of depression. *JAMA Network Open*, 6(9), e2334770. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.34770>
 13. Cruz, F. T. da, & Schneider, S. (2010). Qualidade dos alimentos, escalas de produção e valorização de produtos tradicionais. *Revista Brasileira de Agroecologia*, 5(2).
 14. Poulain, J. P. (2013). *Sociologia da obesidade*. Editora Senac São Paulo.
 15. Guimarães, T. T., Coutinho, E. A., Gaudereto, B. L., & Coicecao, A. F. (2018). O saber tradicional e dilemas da comercialização de produtos artesanais no Mercado Municipal de Montes Claros, MG. In *Anais do 56º Congresso da SOBER*. Campinas: SOBER.
 16. Mirasse, J. J. (2010). *O consumo de batata-doce de polpa alaranjada entre famílias rurais do nordeste de Moçambique* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul].
 17. Menasche, R., Mirasse, J. J., & da Cruz, F. T. (2019). O lugar da cultura no debate sobre segurança alimentar e nutricional: um olhar a partir de Moçambique. *Vivência: Revista de Antropologia*, 1(54).
 18. Meirelles, L. (2004). Soberania alimentar, agroecologia e mercados locais. *Revista Agriculturas: experiências em agroecologia*, 1, 11–14.
 19. Hobsbawm, E. (2008). *A invenção das tradições* (C. C. Cavalcante, Trad., 6ª ed.). Paz e Terra.
 20. Giddens, A. (1999). *As consequências da modernidade*. Editora Unesp.
 21. Cruz, F. T., & Menasche, R. (2012). Alimentos tradicionais, modos de vida e patrimônio. *Revista Ateliê Geográfico*, 6(3).
 22. Sousa Júnior, V. C. (2009). *O banquete sagrado: notas sobre os “de comer” em terreiros de candomblé*. Atalho.
 23. Sousa Júnior, V. C. (2014). Comida de santo e comida de branco. *Revista Pós Ciências Sociais*, 11(21).
<https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/rpcsoc/article/view/2872>
 24. Alves, L. C. (2019). *Onje: saberes e práticas de cozinha de santo* [Tese de doutorado, Universidade do Estado do Rio de Janeiro].
 25. Souza, V. S. S. (2024). *Anatomia, histologia e fitoquímica no escurecimento enzimático do inhame minimamente processado* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Sergipe].
 26. Rocha, F. L., & Silva, D. O. E. (2024). O inhame dos Palmares é o inhame do Candomblé: um alimento conector com a Yorubalandia. *Cadernos Zygmunt Bauman*, 12(30). <https://doi.org/10.18764/2236-4099v12n30.2022.32>
 27. Matos, C. C. S. A., Arantes, L. L., Silva Neto, J. P., & Nogueira, R. G. (2023). *Caderno de experiência de pesquisa em sistemas alimentares dos povos tradicionais de matriz africana*. Ed. dos Autores.
 28. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social (MDS). (2018). *Princípios e práticas para educação alimentar e nutricional*.
https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/21_Principios_Praticas_para_EAN.pdf

29. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. (2012). *Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*. https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf
30. Brasil. (2023). *Decreto nº 11.821, de 12 de dezembro de 2023*. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/decreto/d11821.htm
31. Brasil. (2024). *Decreto nº 11.936, de 5 de março de 2024*. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/decreto/d11936.htm
32. Brasil. Ministério da Saúde. (2015). *Alimentos regionais brasileiros* (2ª ed.).
33. Altieri, M. A. (2012). Agroecologia, agricultura camponesa e soberania alimentar. *Revista NERA*(16), 22–32. <https://doi.org/10.47946/rnera.v0i16.1362>
34. World Health Organization & Food and Agriculture Organization. (2019). *Sustainable healthy diets: guiding principles*. FAO.
Mintz, S. (2001). Comida e antropologia: uma breve revisão. *Cadernos de Ciências Sociais*, 16(47), 31–41.

INFORMAÇÕES DO ARTIGO	
Contribuição dos autores:	Osiyallê Akanni Silva Rodrigues: Conceituação, Escrita – primeira redação, Administração do projeto, Supervisão Thaynara Thaissa Dias Guimarães: Escrita – primeira redação, Metodologia, Escrita – revisão e edição, Escrita – revisão e edição Audêncio Victor: Escrita – revisão e edição, Validação Sisnando Souza Pacheco: Escrita – revisão e edição, Validação Andrêa Ferreira: Escrita – revisão e edição, Validação
Financiamento:	Não se aplica
Aspectos éticos:	Não se aplica
Apresentação prévia:	Não se aplica
Agradecimentos:	Não se aplica
Histórico:	Submetido: 7-3-2025 Aprovado: 11-7-2025