

## **Alimentação na várzea amazônica: estudo dos hábitos alimentares de famílias ribeirinhas do município de Alenquer-PA**

### ***Food in the Amazonian floodplain: study of eating habits of riverside families in the municipality of Alenquer-PA***

Luziene Santos da Silva <sup>1</sup>  
Helionora da Silva Alves <sup>2</sup>  
Danielle Wagner Silva <sup>3</sup>  
Maria Lita Padinha Correa Romano <sup>4</sup>

**Resumo:** *O estudo teve como objetivo caracterizar os hábitos alimentares de ribeirinhos que vivem em área de várzea no município de Alenquer, região oeste do estado do Pará, Brasil. Os procedimentos metodológicos envolveram a realização de entrevistas estruturadas com a) liderança comunitária para se obter informações gerais do modo de vida e situação socioeconômica da mesma e b) com famílias ribeirinhas para se obter informações sobre a frequência do consumo alimentar. As comunidades ribeirinhas situadas em áreas de várzea na região amazônica possuem características peculiares quanto a obtenção e consumo de alimentos, uma vez que suas atividades variam conforme a dinâmica natural de enchente e vazante das águas dos rios. Os resultados mostraram que a alimentação dos ribeirinhos é composta por alimentos oriundos das atividades produtivas desenvolvidas pelas famílias (pesca, criação animal e cultivo são) e alimentos ultraprocessados obtidos por meio da compra. Os principais alimentos obtidos por meio do trabalho familiar e consumidos durante a vazante e a enchente pelas famílias são peixes, farinha, galinha caipira, ovo caipira e hortaliças. O consumo de frutas são deficientes no período da enchente, sendo considerado inadequado na avaliação da frequência alimentar. Ressalta-se ainda que a complementação da renda das famílias e da alimentação ocorre por meio do acesso a recursos de políticas públicas e tem contribuído para aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, nutricionalmente desbalanceados tanto na escola quanto no ambiente doméstico. Assim, o estudo mostrou que a relação estabelecida entre os ribeirinhos e o ambiente em que vivem influencia seus*

<sup>1</sup>Nutricionista da Universidade Federal do Oeste do Pará (UFOPA);Especialista em Obesidade e Emagrecimento pela Universidade Estácio de Sá (UNESA) ; Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Sociedade, Ambiente e Qualidade de Vida (PPGSAQ/UFOPA). E-mail: luzienestm@yahoo.com.br.

<sup>2</sup>Professora do Instituto de Biodiversidade e Florestas (IBEF/UFOPA), e integrante do corpo docente do PPGSAQ/UFOPA. Possui doutorado e mestrado em Agricultura Tropical pela Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT). E-mail: helionora.alves@ufopa.edu.br.

<sup>3</sup>Professora do Instituto de Biodiversidade e Florestas (IBEF/UFOPA). Possui doutorado em Desenvolvimento Rural pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e mestrado Agricultura Familiar e Desenvolvimento Sustentável pela Universidade Federal do Pará (UFPA). E-mail: danicawagner@yahoo.com.br.

<sup>4</sup>Professora do Instituto de Biodiversidade e Florestas (IBEF/UFOPA). Possui doutorado em Fitotecnia pela Universidade Federal de Viçosa (UFV) e mestrado em Agronomia pela Universidade Federal do Ceará (UFC). E-mail: litapc10@hotmail.com.

*hábitos alimentares e contribui para a segurança alimentar e nutricional dessas famílias, mas a sazonalidade das atividades produtivas também reflete na qualidade da alimentação.*

**Palavras-chave:** *Comunidade Ribeirinha, Brasil , Oeste do Pará , Amazônia, Agricultura Familiar, Segurança Alimentar , Nutricional.*

**Abstract:** *The study aimed to characterize the eating habits of riverside dwellers who live in a lowland area in the municipality of Alenquer, in the western region of the state of Pará, Brazil. The methodological procedures involved conducting structured interviews with a) community leadership to obtain general information on the way of life and socioeconomic situation of the same and b) with riverside families to obtain information on the frequency of food consumption. The riverside communities located in lowland areas in the Amazon region have peculiar characteristics in terms of obtaining and consuming food, since their activities vary according to the natural dynamics of flooding and ebbing of river waters. The results showed that the food of the riverside population consists of food from the productive activities developed by the families (fishing, animal husbandry and healthy cultivation) and ultra-processed foods obtained through the purchase. The main foods obtained through family work and consumed during ebb and flood by families are fish, flour, free-range chicken, free-range eggs and vegetables. The fruits consumption is deficient during the flood period, being considered inadequate in the assessment of food frequency. It is also noteworthy that the complementation of family income and food occurs through access to public policy resources and has contributed to an increase in the consumption of ultra-processed foods, nutritionally unbalanced both at school and at home. Thus, the study showed that the relationship established between riverside dwellers and the environment in which they live influences their eating habits and contributes to the food and nutritional security of these families, but the seasonality of productive activities also reflects on the quality of food.*

**Keywords:** *Riverside Community, Western Pará, Brazil , Amazon, Family farming; Food and nutrition security., security Food, nutrition .*

## Introdução

A Região Amazônica é composta por dois grandes tipos de ecossistemas: as áreas inundáveis compostas pelas terras de várzeas, os igapós e os furos; e pelas florestas de terra firme, tais como as florestas altas e densas, as florestas baixas, as savanas, os cerrados e os campos naturais (SILVA et al., 2010; SCHERER, 2005). Neste artigo, será abordado sobre uma pesquisa realizada em área de várzea.

As várzeas são faixas de terrenos baixos, sujeitas a inundações durante um determinado período do ano, sendo que o regime fluvial ou variação sazonal do nível das águas dos rios, define os períodos de enchente, cheia, vazante e seca; aspectos que

influenciam nas duas estações climáticas que ocorrem na região amazônica do Brasil e que se distingue das demais regiões, no qual, o regime pluvial define por “inverno” o período de maior incidência das chuvas e “verão” o período de menor frequência de chuvas (PEREIRA, 2014; MOURA, 2007; DUCKE e BLACK, 1954). Assim, o período de vazante, é a época em que o rio apresenta o menor volume de águas e o período de enchente, quando as águas, ao transbordarem, provocam inundação das terras marginais (BENATTI, 2016).

Portanto, as várzeas, são áreas úmidas (florestas e campos) que são periodicamente inundadas pelo transbordamento lateral dos rios e lagos, promovendo interações entre os ecossistemas aquáticos e terrestres, sendo também considerada um dos ecossistemas mais ricos na Amazônia em termos de biodiversidade e recursos naturais, no qual, seus rios e lagos, bem como outros corpos de água, abrigam 25% das espécies de peixes de água doce do mundo, e estima-se que nela existam cerca de três mil espécies de peixes (RASEIRA, 2008; RIBEIRO, 2007).

A vegetação terrestre é predominantemente florestal, mas há ocorrência de pastagens naturais em algumas áreas, já nos lagos ocorre uma vegetação flutuante formada por macrófitas, e essas vegetações influenciam significativamente a vida aquática, fornecendo alimentos (frutos, folhas e sementes) e abrigo, principalmente para os peixes e mamíferos aquáticos, que em troca, realizam a dispersão de sementes, contribuindo para a regeneração da vegetação florestal da várzea (RIBEIRO, 2007).

Os solos são os mais férteis da Amazônia em virtude da renovação periódica dos nutrientes, devido ao sedimento trazido e depositado pelo pulso de inundação, no qual, partículas orgânicas e os minerais transportados pelos rios de águas são depositados nos solos da várzea, assim, apresentam potencial para agricultura de pequeno porte, mas com limitações ambientais para práticas extensivas (RASEIRA, 2008; RIBEIRO, 2007).

Cerca de 1,5 milhão de pessoas vivem em áreas de várzea, no qual a terra (na vazante e seca) e a água (na enchente e cheia) são experienciadas de diversas maneiras, por grupos humanos – “povos das águas”, que são usualmente classificados como “pescador – agricultor”, “varzeiro” ou “polivalente”, importante destacar que

não é correto classificá-los apenas como agricultor de subsistência, pois são agricultores/pescadores/extratores (PEREIRA e WITKOSKI, 2012; RASEIRA, 2008; FURTADO, 1993; CANTO, 2008; McGrath *et al.*, 1991). Considerado os trabalhos de Scherer (2005) e Diegues (2007). neste trabalho adotaremos a categoria “ribeirinhos”:

Diferentemente dos caboclos da terra firme, os ribeirinhos vivem em pequenas comunidades em sua maioria à beira dos rios, dos igarapés, dos igapós e dos lagos que compõem o vasto e complexo estuário amazônico. Espacialmente, os povos das águas estão dispersos em vários agrupamentos de 20 a 40 casas de madeira construídas em palafitas, mais adequadas ao sistema de cheias dos rios que estão mais ou menos dispersas, chamadas de comunidades e localizadas próximas aos rios, igarapés, furos e lagos (SCHERER, 2005, p. 3).

Nas sociedades tradicionais a água, incluindo rios e lagos fazem parte de um território e um modo de vida, base de identidades específicas (caboclos, quilombolas, entre outras) ao passo que nas sociedades modernas a água, como bem de consumo é desterritorializada, canalizada de outros lugares muitas vezes distantes, com os quais as populações urbanas tem pouco ou nenhum contato. Algumas dessas sociedades tradicionais no Brasil são denominadas de “povos das águas” porque vivem em estreita dependência do elemento aquático, seja dos rios ou mares” (DIEGUES, 2007, p. 4).

Os ribeirinhos estabelecem intensas relações com a água e o ambiente por ela transformado, no qual, seu dia a dia, está condicionado ao ciclo da natureza para que elaborem suas estratégias de reprodução social conforme as mudanças ecológicas ocorridas devido a variação sazonal, como a enchente, a cheia, a vazante e a seca, que regulam o cotidiano dessa população da várzea, quanto as suas atividades e modos de vida, que tem sua reprodução assegurada por meio da história oral e a crença em diversos seres sobrenaturais como influência sobre as atividades de caça, pesca e agricultura por eles desenvolvidas (SILVA *et al.*, 2010; MOURA, 2007; SCHERER, 2005). Quanto aos aspectos de organização dos ribeirinhos, Silva *et al.* (2010, p. 343) elucidam:

Muitas dessas comunidades ribeirinhas são marcadas por acentuado grau de isolamento e exclusão social. Com pouca organização social e baixo poder de influência política, e bastante distanciados dos grandes centros decisórios, os ribeirinhos são incluídos forçadamente nas políticas públicas gerais governamentais sem que as especificidades de seu modo de vida sejam consideradas. No geral, isso se reflete nos grandes problemas que os assolam na esfera econômica, de educação e de saúde (SILVA *et al.*, 2010, p. 343).

Do ponto de vista socioeconômico é importante destacar que a variedade e produtividade das espécies vegetais e animais presentes no ambiente da várzea está rela-

cionada ao uso dos recursos naturais por parte dos ribeirinhos (WITKOSKI, 2010; RASEIRA, 2008; RIBEIRO, 2007). A prolongada enchente anual e o alto grau de variabilidade da paisagem demandam estratégias produtivas associadas aos recursos naturais à sazonalidade da enchente e da vazante: pesca nos lagos e rios; agricultura; criação de pequenos animais; extração de produtos florestais e; pecuária nos campos naturais (SILVA e BARROS, 2003).

Portanto, os ribeirinhos dependem tanto da terra de trabalho para a agricultura de subsistência, pecuária de pequena escala e extrativismo vegetal, quanto do seu acesso às águas de trabalho onde desenvolvem atividades da pesca (WITKOSKI, 2010) que geralmente é a única atividade praticada na cheia e na vazante do rio, tanto para fins de subsistência como para comercialização (RASEIRA, 2008; RIBEIRO, 2007; SCHERER, 2005; SILVA e BARROS, 2003).

Em relação a produção de alimentos, a região amazônica dispõe de grande diversidade de peixes e frutas, o que deveria contribuir para disponibilidade adequada de proteínas, calorias, vitaminas e minerais para a população que vive nessa região, provendo assim, saúde, nutrição e qualidade de vida para a mesma, mas, essa diversidade de fontes alimentícias na região, contrapõe a realidade de desigualdade social e econômica, e a precariedade da saúde e nutrição, presente na realidade das vidas de amazonidas invisíveis aos olhos do sistema capitalista, como por exemplo os ribeirinhos (ALENCAR; et al, 2007).

Na várzea, a disponibilidade de alimentos tem forte ligação ao ambiente físico, e o consumo ou não dos alimentos, pelos ribeirinhos, é condicionado pelos aspectos culturais, históricos, e também a abundância do alimento no ambiente local, além de que, a população ribeirinha, tem o recurso pesqueiro como a principal fonte de renda e a base da dieta, sendo importante fonte de proteína para as famílias, sendo que na várzea, existem grande diversidade de espécies de peixes (SILVA, 2007).

Outro alimento muito presente na alimentação cotidiana dos ribeirinhos é a mandioca, consumida em forma de farinha, e que complementa sua dieta alimentar com peixes frescos e salgados, caças e frutos (PEREIRA, 2014). O fator econômico também influencia nas escolhas alimentares dessa população (SILVA, 2007). Cada vez mais, os ribeiri-

nhos tem consumido produtos alimentícios produzidos em outros lugares, em particular o frango de granja e a carne bovina, além disso, outros alimentos como arroz, massas e feijão, também são consumidos em torno dos dois alimentos principais, e destaca-se ainda, que frutas (exceto algumas regionais) e saladas não são muito comuns na sua alimentação (PEREIRA, 2014; MURRIETA, 2001).

Os produtos industrializados ultraprocessados também já estão amplamente presentes nas comunidades ribeirinhas, inclusive nas mais distantes das cidades, podemos citar como exemplo de alguns desses produtos, os salgadinhos, refrigerantes, enlatados, leite em pó e macarrão instantâneo (FILGUEIRAS, 2016). O açúcar, também está muito presente na alimentação dessas populações (MURRIETA e DUFOUR, 2004). Também é fundamental destacar que em períodos considerados de escassez dos produtos base da economia da comunidade, os ribeirinhos tendem a realizar compras com maior quantidade de produtos alimentícios em cidades próximas ou outros lugares (ALMEIDA, 2009). Isto posto, Murrieta e Dufour (2004) e Almeida (2009), apontam para uma possível tendência de transformações no consumo alimentar dos ribeirinhos, que pode contribuir para um processo de erosão dos sistemas de subsistência locais (MURRIETA e DUFOUR, 2004).

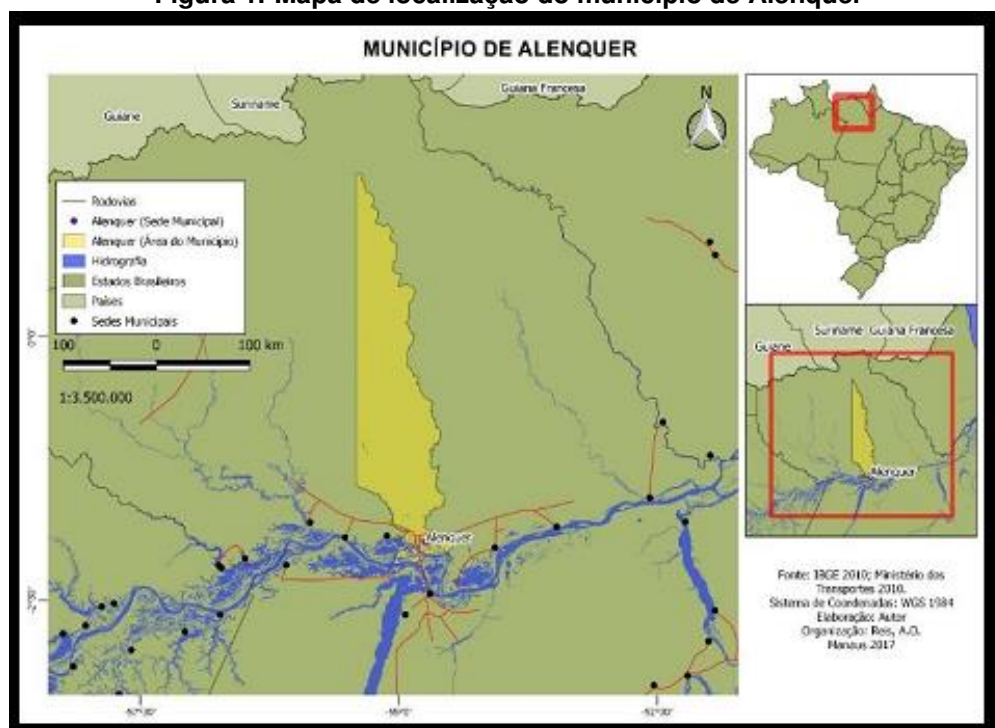
Considerando lacunas relacionados a estudos sobre hábitos alimentares e aspectos nutricionais dos ribeirinhos que vivem nas várzeas da região amazônica do Brasil, e que esses possuem características peculiares quanto ao seu modo de produção e consumo de alimentos, que estão relacionadas com a dinâmica natural de subida e descida das águas do ambiente em que vivem, esta pesquisa foi realizada com objetivo de caracterizar os hábitos alimentares de ribeirinhos que vivem em área de várzea, localizada no município de Alenquer, região oeste do estado do Pará, Brasil. Por meio da pesquisa foram identificadas estratégias de alimentação e nutrição das famílias, bem como o acesso das mesmas a políticas públicas que podem assegurar Segurança Alimentar e Nutricional – SAN.

## **1. Caminhos Metodológicos**

O contato e o acesso à comunidade onde foi realizada a pesquisa foram intermediados pela Secretaria Municipal de Educação – SEDUC de Alenquer. O deslocamento

até essa comunidade foi realizado no barco (denominado bajara) utilizado como transporte escolar para que os alunos da comunidade que cursam o ensino médio possam se deslocar para a sede do município para participar das aulas. A comunidade está situada em um Projeto de Assentamento Agroextrativista, criado por uma portaria emitida no ano de 2006 pela Superintendência Regional do Instituto Nacional de Colonização e Reforma Agrária – INCRA.

**Figura 1. Mapa de localização do município de Alenquer**



Fonte: Rodrigues (2018)

O município de Alenquer localiza-se às margens do furo<sup>5</sup> Surubiú, afluente direto do rio Amazonas; O rio Surubiú margeia a cidade de Alenquer pelo lado sul, é desaguadouro do lago do Itacarará e utilizado pela população local, oferecendo navegação durante o ano todo para embarcações de pequeno porte e segundo a Agência Nacional das Águas, Alenquer pertence à sub-bacia do rio Tapajós, sendo esta uma entre as nove sub-bacias nas quais a Bacia Amazôna é dividida no território brasileiro (RODRIGUES, 2018). As maiores influencias desta sub-bacia nessa cidade, são provenientes do oeste,

<sup>5</sup>O furo é um canal de drenagem que liga dois rios, um rio a um lago ou dois lagos; é classificado como furo de contato litológico, funcionando como ligação entre rios ou lagos em áreas com contato litológico, principalmente de aluviões com sedimentos da formação de Alter do Chão (JUNIOR e SZLAFSZTEIN, 2013).

devido à presença do rio Amazonas, e do norte, ao rio Curuá, e destaca-se que parte do município de Alenquer encontra-se localizada nas áreas sujeitas à inundação, por sua localização em baixa altitude e nos domínios da Planície Amazônica, apresentando numerosos setores atingidos no período da enchente (RODRIGUES, 2018; SILVA-JUNIOR e SZLAFSZTEIN, 2013; SILVA-JUNIOR e SZLAFSZTEIN, 2010).

De acordo com o Censo Demográficos do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2010), a população de Alenquer totalizava 52.626 habitantes, sendo a maior parte residente na zona urbana do município, totalizando 27.722 habitantes (57,7%) e 24.904 habitantes (43,3%) residindo na zona rural. A economia do município é baseada, principalmente, no comércio e serviços, nas atividades sazonais de extrativismo, pesca, pecuária e agricultura, esta última destaca-se na produção de mandioca, milho, arroz, feijão, melancia e limão (RODRIGUES, 2018; PARÁ, 2017).

Os autores Goulding e Ferreira (1996) descrevem que a várzea do Baixo Amazonas é formada por quatro principais tipos de ambiente: os paranás, que cortam a várzea formando ilhas; as restingas, que contornam a ilha; os campos alagados, que formam a margem do rio; e os lagos, que ocupam o interior das ilhas. O relevo de Alenquer é do tipo Planície Amazônica, variando de plano a suave ondulado, não há serras, apenas terra firme acidentada e terra de várzea com restingas, que são inundadas no período de enchentes dos rios (RODRIGUES, 2018).

A ocupação do solo da várzea foi feita em função dos lagos, a fim de as comunidades terem acesso ao recurso hídrico e, assim, desenvolverem suas atividades, como a pesca, lavoura temporária e pecuária (RODRIGUES, 2018; MCGRATH et al., 1994).

Em Alenquer, a pesca é a atividade de maior importância para os pescadores artesanais, seguida pela comercialização do pescado e pela agricultura, destaca-se ainda, que o pescado é, prioritariamente, destinado à alimentação, possibilitando o sustento das famílias (RODRIGUES, 2018).

O município é formado por 27 comunidades, divididas entre áreas de terra firme e várzea, sendo que os sujeitos que participaram desta pesquisa são moradores de uma dessas comunidades situada em área de várzea e localizada há aproximadamente 40km de distância, por via fluvial, da área urbana de Alenquer.



O contato e o acesso à comunidade foi intermediado através da Secretaria Municipal de Educação – SEDUC de Alenquer, que disponibilizou o barco (denominado bajara), que é utilizado como transporte escolar para que os alunos da comunidade, que cursam o ensino médio possam se deslocar para a sede do município, para participar das aulas. A comunidade é uma das que se integra a um Projeto de Assentamento Agroextrativista, criado por uma portaria emitida no ano de 2006 pela Superintendência Regional do Instituto Nacional de Colonização e Reforma Agrária.

A coleta de dados ocorreu nos meses de novembro e dezembro do ano de 2018, período de início do processo de subida das águas, também considerado mais complicado para a navegação e que é necessário se caminhar longas distâncias devido a seca dos rios. Assim, a pesquisa de campo aconteceu em dois momentos:

1) Conversa realizada com o presidente da comunidade, quando foi realizada uma entrevista semi-estruturada tendo como base o Diagnóstico Comunitário Participativo (DCP) que é um método utilizado para realizar um levantamento de informações sobre a realidade local, e deve ser realizado com a participação das lideranças locais, ou por qualquer outro integrante de um grupo definido (CERQUEIRA, 2015), com objetivo de compreender aspectos gerais dos modos de vida dos comunitários;

2) Realização de entrevista estruturada com representantes de algumas famílias, quando foi aplicado o questionário de frequência de consumo alimentar (QFCA), composto por uma lista de alimentos e bebidas, dividida em nove grupos<sup>6</sup>, e no qual, a frequência de consumo é perguntada ao indivíduo, que fornece informações sobre uma estimativa da frequência e dos tipos de alimentos consumidos (SALVO e GIMENO, 2003). Para este estudo, o QFCA foi adaptado, no qual as questões foram direcionadas para se identificar a frequência do consumo dos alimentos, nos períodos de vazante e enchente.

De acordo com dados da prefeitura de Alenquer, estima-se que a população da comunidade estudada, é composta por 80 famílias, porém, considerando que nas comunidades ribeirinhas, as residências são localizadas distantes umas das outras, a coleta de

<sup>6</sup>Grupo I – leite e produtos lácteos; Grupo II – carnes, pescados e ovos; Grupo III – verduras e legumes; Grupo IV – frutas e sucos naturais; Grupo V – pães, cereais, tubérculos e leguminosas; Grupo VI – óleos e gorduras; Grupo VII – doces, salgadinhos e guloseimas; Grupo VIII – bebidas e Grupo IX – outras preparações artificiais.

dados desta pesquisa teve como foco estudar grupos de ribeirinhos que se concentram em um espaço geográfico de maior concentração de residências. Portanto, selecionou-se um conglomerado com 30 residências, além de espaços como escola, campo de futebol, comércios, igrejas católica e evangélica. Sendo assim, participaram da pesquisa representantes de 10 famílias. As informações do QFCA foram fornecidas por um responsável pela família, em sua grande maioria as mulheres, por estarem mais dispostas a responderem as questões sobre alimentação, porém, em muitas residências outros membros da família, como crianças e adolescentes, contribuíram com as respostas.

Ao presidente da comunidade foi oficializado um documento institucional do Programa de Pós-graduação em Sociedade Ambiente e Qualidade de Vida da Universidade Federal do Oeste do Pará, com informações quanto ao objetivo da pesquisa e informações da pesquisadora, integrante do Programa. Antes de responderem aos questionários, todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) em duas vias, mediante a leitura conjunta deste, sendo disponibilizada uma via ao participante.

A tabulação dos dados foi realizada com auxílio do software Microsoft Word e Excel, versão 2013 e para a análise dos dados dos QFCA, foi considerada a avaliação dos marcadores do consumo alimentar – documento do Ministério da Saúde utilizado na Atenção Básica, do Guia alimentar para a população brasileira e de outros estudos sobre hábitos alimentares em comunidades de várzea.

Quanto ao consumo de alimentos, estes foram analisados por componentes de cada grupo e sua frequência de consumo: nunca ou menos de uma vez por mês, de uma a duas vezes ao mês, uma vez na semana, de duas a cinco vezes na semana ou todos os dias, bem como, se seu consumo acontece no período da vazante ou da enchente.

## **2. Resultados e Discussão**

### **2.1. Aspectos socioeconômicos da comunidade estudada**

Participaram desta pesquisa, um total de 51 pessoas, inseridas no âmbito das 10 famílias, sendo 26 pessoas do sexo masculino (adultos=14, adolescentes=5 e crianças=7) e 25 do sexo feminino (adultos=11, adolescentes=5 e crianças=9). A quantidade

de pessoas compondo essas famílias variou em uma média de cinco pessoas, com no mínimo duas pessoas e no máximo oito por família. Silva (2006) ao estudar a estrutura e dinâmica das relações familiares de uma comunidade ribeirinha na Ilha do Marajó, estado do Pará, elucidou que :

Os membros de uma família ribeirinha estabelecem entre si um contato mais constante quando comparados com famílias metropolitanas moradoras de bairros periféricos. Pode-se dizer que este fator torna-se amplificado em efeitos quando considerado a cultura de sobrevivência ribeirinha, da qual se salienta o fato de as atividades de trabalho e sobrevivência estarem relacionadas ao imediato – não há acúmulo ou provisões –, o que resulta em uma grande parte do tempo de não-trabalho ou ócio, levando, por sua vez, em um tempo maior de contato entre os membros familiares (SILVA, 2006, p. 3).

A autora, destaca ainda que o total de pessoas por residência e, consequentemente, por família, considerando a existência de apenas algumas exceções, varia muito em função do tipo de família, sendo que, as famílias do tipo nuclear apresentam em torno de um a seis moradores por residência, as famílias do tipo estendida apresentam de seis a dez componentes por casa, enquanto que famílias do tipo multigeracional são mais densas, com oito a doze componentes por residência.

Neu et al. (2016), em trabalho que descreveu a experiência de implantação de uma tecnologia social de saneamento descentralizado, denominada “Banheiro Ecológico Ribeirinho”, em áreas de várzea na Ilha das Onças, região insular de Belém, estado do Pará, relataram que a idade média dos chefes de família era de 43 anos, que 41% possuem mais de 45 anos de idade e que o número médio de pessoas por residência é seis pessoas, normalmente composto pelo casal e quatro filhos.

A renda média das famílias que participaram desta pesquisa, é de até um salário-mínimo, obtida através de atividades pesqueiras (peixe e camarão) e da agricultura sustentável (mandioca, milho e hortaliças), além da complementação por meio do Programa Bolsa Família<sup>7</sup> e do seguro defeso<sup>8</sup>.

<sup>7</sup>O Programa Bolsa Família – PBF foi criado pela Lei No. 10.836, de 9 de janeiro de 2004, destinado às ações de transferência de renda com condicionalidades (BRASIL, 2004a). Tem por finalidade a unificação dos procedimentos de gestão e execução das ações de transferência de renda do Governo Federal e do Cadastro Único do Governo Federal (BRASIL, 2004b). Uma das principais características do PBF é garantir o acesso aos direitos sociais básicos de saúde e nutrição, constituindo-se como elemento fundamental para a inclusão social das famílias (BRASIL, 2004a).

<sup>8</sup>Seguro Defeso foi criado pela Lei No. 10.779, de 25 de novembro de 2003, que dispõe sobre a concessão do benefício de seguro desemprego, durante o período de defeso, ao pescador profissional

Sousa (2015), ao caracterizar o papel da caça na composição da dieta alimentar de ribeirinhos que vivem em uma reserva agroextrativista situada na região da bacia do Xingu, no município de Altamira, estado do Pará, teceu as seguintes reflexões:

A estimação da renda do ribeirinho nos remete a alguns pressupostos teóricos (...). O primeiro deles é que, conforme ressalta Karl Polanyi, a pressuposição do “*homo economicus*”, plenamente racional e teleológico, projeta sobre as análises econômicas sobre o comportamento dos agentes, racionalidades que não se aplicam a todos as organizações sociais. O segundo diz respeito ao comportamento praxiológico dos agentes, sua racionalidade relativamente estruturada, baseada na prática arraigada pelas experiências pretéritas. A terceira refere-se à imposição da violência simbólica sobre as comunidades tradicionais.

Esta imposição ocorre por diversos mecanismos, entre eles, através dos projetos voltados à melhoria das condições de vida dessas populações. O raciocínio que estrutura esse tipo de projeto não concebe que os impulsos econômicos que movem as populações tradicionais não são os mesmos que movem os agentes econômicos urbanos, e não compreende a lógica e o estilo de vida desses agentes.

A visão desses projetos é economicista e primordialmente voltada para atendimento das demandas do mercado, não considerando que o ribeirinho deseja aumentar a sua renda, mas não a qualquer custo. Por esta razão, esse tipo de projeto tende a falhar, produzindo um efeito negativo na confiança do ribeirinho, estimulando-o a permanecer na zona de conforto oferecida pela prática da atividade já exercida, ainda que esta atividade esteja em crise ou se mostre menos viável que as alternativas (...).

(...) Devido à (...) lógica do estilo de vida dos ribeirinhos e às peculiaridades do processo de produção da sua principal fonte de renda, o cálculo do ganho monetário se torna muito difícil. A maioria dos comunitários alegam não fazer ideia de quanto ganha, conseguindo apenas fazer uma estimativa (nada confiável) de quanto conseguem gerar em termos monetários – quando está bom de peixe e, – quando está ruim de peixe. Em geral, eles alegam que – quando está muito ruim, não conseguem renda alguma, permanecendo endividados com o regatão (SOUSA, 2015, p. 100 - 101).

A autora ainda frisa, que a estimativa da renda familiar média dos ribeirinhos que pesquisou em Altamira, foi de R\$ 173,92, portanto, menos de  $\frac{1}{4}$  de salário mínimo, e um pouco acima da linha de pobreza adotada no Brasil, estipulada em R\$ 154,00.

Silva (2006), sobre os ribeirinhos que pesquisou, em termos de sobrevivência, todos informaram viver de algum modo do extrativismo, alguns por serem caseiros, apresentam alguma renda, que geralmente não é mensal e abaixo do salário mínimo e considerando o total de sujeitos por família, na maioria dos casos, a renda familiar per capita

que exerce a atividade pesqueira de forma artesanal (BRASIL, 2003). Segundo Campos e Chaves (2014), ampara os pescadores artesanais, impedidos de subsistir com seu trabalho, durante certo período do ano (chamado período de “defeso”) e também oferece alguma proteção às espécies marinhas, fluviais e lacustres, que integram o ecossistema de várias partes do país.

está muito abaixo dos níveis de miséria, da época.

Pereira (2014), em estudo geográfico de territorialidades de duas comunidades localizadas em região de várzea na Amazônia Tocantina paraense, sendo uma na “região das ilhas” em Cametá e a outra na cidade de Pindobal-Miri, identificou que nas duas comunidades há na renda familiar uma forte dependência econômica de auxílios do governo federal como bolsa família, salário-defeso, aposentadorias etc.

Com relação a saúde na comunidade estudada, foi informado que não há posto de saúde, e sim, apenas uma agente comunitária de saúde <sup>9</sup>, que é responsável por aferir a pressão arterial e distribuir hipoclorito para o tratamento da água. E que também não há saneamento e nem água encanada, o acesso a mesma é direto do rio. E quanto a energia elétrica, a comunidade possui um motor coletivo que funciona das 19 as 22 horas.

Scherer (2005), informava que nas áreas rurais da Amazônia não existia assistência médica e que foi possibilitado a presença dos agentes de saúde nas áreas rurais, e que quando os ribeirinhos necessitavam de assistência à saúde eram obrigados a se deslocarem aos postos de saúde nas cidades-sedes dos municípios, depois de uma longa viagem em pequenos barcos, canoas ou rabetas. Silva (2006), também informou que naquela época, não havia nenhum tipo de assistência à saúde prestada pelo Estado para as comunidades ribeirinhas.

No estudo realizado, Pereira (2014), identificou a relação existente entre as comunidades de várzea e as vilas mais próximas, por motivos religiosos, educacionais, de comércio ou necessidade de serviços de saúde que nas comunidades de várzea havia pouco acesso a bens e serviços públicos de qualidade, tais como: água potável, postos de saúde, educação e lazer. Sendo que, nas vilas próximas as comunidades estudadas pelo autor, havia posto de saúde onde os moradores procuravam em caso de atendimentos de emergências.

---

<sup>9</sup>O Agente Comunitário de Saúde faz parte atualmente do Programa de Agentes Comunitários de Saúde, que foi incorporado ao Programa Saúde da Família nos anos de 1990, e uma das principais características para ocupar o cargo de Agente Comunitário de Saúde é que seja integrante da própria comunidade, tendo como objetivo central, segundo as normas vigentes previstas pelo Ministério da Saúde: ‘orientar as famílias para a utilização adequada dos serviços de saúde’; a segunda, salienta que eles devem ‘informar os demais membros da equipe de saúde acerca da dinâmica social da comunidade, suas disponibilidades e necessidades’ (PEREIRA, 2014).

Sousa (2015), relata que devido à ausência de energia elétrica e alto custo dos combustíveis em geral, os motores geradores de energia elétrica funcionam apenas à noite, na comunidade de várzea por ela pesquisada.

Neu et al. (2016) relatam que mesmo que a água seja um recurso abundante na região Amazônica, apenas uma pequena fração é potável e está disponível para o consumo, destacam também, que a falta de esgotamento sanitário adequado, tanto no meio rural quanto no urbano, é outra importante fonte de contaminação hídrica e que o saneamento básico interfere diretamente no equilíbrio dos ecossistemas e é essencial para o controle e a redução de doenças, afetando diretamente a qualidade de vida das populações.

Os autores informaram ainda, que conforme dados do IBGE (2010), no meio rural brasileiro, 15% dos domicílios não possuíam banheiro nem sanitário e na região amazônica esse percentual é de 19%, e no estado do Pará de 10%, sendo que nessas áreas, o esgotamento sanitário é precário e que o saneamento mais adequado seria a instalação de fossas sépticas, mas, no Pará, apenas 8% dos domicílios rurais possuem fossa séptica, e que a maior parcela da população ainda usa fossas rudimentares, valas e, nas áreas ribeirinhas, o próprio rio como esgoto. E destacam, que em muitos casos, os ribeirinhos desconhecem as consequências decorrentes da contaminação das águas, bem como as múltiplas fontes de contaminação, sejam elas oriundas de terceiros ou ligadas aos próprios hábitos dos ribeirinhos.

Rodrigues (2018), relatou que a água na comunidade é coletada diretamente do rio, que alguns moradores possuem bomba coletora, assim a água é transportada por um sistema improvisado com canos que vão do rio até as casas. E que o sistema de iluminação é impulsionado por gerador movido a óleo diesel, sendo que, quando o gerador funcionava, era cobrada de cada casa uma quantia mensal de vinte reais para ter acesso à energia elétrica, e destacou que alguns moradores possuíam seus próprios motores, mas que o custo do combustível era muito alto, levando algumas famílias a utilizarem apenas à noite ou em momentos especiais.

Quanto a atividade pesqueira, a comunidade estudada, desenvolve de maneira artesanal, que ocorre tanto no período da vazante, quanto na enchente, entretanto a

diversidade de peixes é maior no período da enchente. O mesmo acontece com o camarão, que no período da vazante a captura é reduzida.

Gama et al. (2018) observaram em comunidades ribeirinhas do Amazonas que no cotidiano destes, às margens dos rios e sob influência das dinâmicas das águas (cheias e vazantes), a economia encontra-se alicerçada nas atividades de pesca e extrativismo vegetal.

Na Ilha dos Carás a pesca do camarão e do peixe é praticada principalmente no verão, mas a escassez do peixe nos rios, lagos e igarapés levam-nos a comprar alimentos diretamente na cidade, ou do regatão, produtos como: carne, frango, enlatados dentre outros (ALMEIDA, 2009).

Os peixes mais consumidos na comunidade são: acari, tambaqui, curimatã, pirarucu e pescada, além de serem também comercializados na área urbana de Alenquer e em municípios vizinhos, como Santarém. Ainda se tratando de peixes, o acari e seu subproduto piracuí (farinha de peixe, feita com acari assado e torrado) são muito apreciados pela comunidade e comercializados aos municípios vizinhos e até para o Estado do Amazonas.

A captura do camarão é realizada majoritariamente pelas mulheres da comunidade, é pouco utilizado na alimentação das famílias, todavia importante fonte de renda por sua comercialização, que é realizada uma vez por semana na cidade de Alenquer. Rodrigues et al. (2017), ao realizarem uma pesquisa com as mulheres pescadoras de camarão em Alenquer, identificou que a pesca do camarão foi uma nova alternativa de trabalho para muitas famílias, além de evidenciar o protagonismo feminino na economia familiar, através da participação de todo o processo de trabalho, desde a captura até a comercialização.

Outra atividade realizada no período da vazante por algumas famílias, é a pecuária leiteira e produção artesanal de queijo, os quais utilizam na alimentação e comercializam o excedente. Porém, no período da enchente, realizam o deslocamento do gado para as áreas de terra firme, e nesse período, as famílias consomem leite de vaca industrializado (em pó).

No período da vazante, os comunitários realizam atividades relacionadas a agricultura de subsistência, com o cultivo de mandioca, macaxeira, banana, milho e feijão, também coletam frutas da floresta e de áreas próximas a unidade produtiva, como castanha sapucaia, manga, goiaba, caju, ingá e mari (**Quadro 1**). O cultivo da mandioca acontece na vazante e a colheita, bem como, a produção da farinha e de beijus, inicia no mês de janeiro (período da enchente).

**Quadro 1.** Pesca, criação e produção para obtenção de produtos alimentícios na comunidade estudada

<b>PERÍODO DA VAZANTE</b>	<b>PERÍODO DA ENCHENTE</b>
Atividade pesqueira – peixe e camarão; Produção de piracuí (menos intensa)	Atividade pesqueira – peixe e camarão; Produção de piracuí (mais intensa)
Cultivo de feijão	-
Cultivo de mandioca	Produção de farinha (no início das enchentes)
Cultivo de milho Produção de pamonha	-
Cultivo de macaxeira	-
Criação de galinhas e pato Produção de ovos caipira	Criação de galinhas e pato Produção de ovos caipira
Criação de gado leiteiro Produção de leite e queijo artesanal	-
Cultivo de frutas: banana, mamão, melão, melancia	-
Cultivo de hortaliças: couve, pimenta-cheirosa, cebolinha, coentro, chicória, alfavaca, pimentão	Cultivo de hortaliças: couve, pimenta-cheirosa, cebolinha, coentro, chicória, alfavaca, pimentão
Cultivo de ervas medicinais	Cultivo de ervas medicinais
Coleta de frutas: manga, caju, goiaba, ingá, mari, pitomba, castanha sapucaia	-

Também criam galinhas e patos nos quintais das residências, atividade que se mantém no período da enchente, quando esses animais são colocados em locais que os comunitários denominam como maromba. E o cultivam hortaliças como cebolinha,



couve, alfavaca, coentro e chicória, na época das enchentes são desenvolvidas em canteiros suspensos. Portanto, galinhas e ovos, patos e hortaliças são consumidos em ambos os períodos. O milho é utilizado na alimentação das pessoas, dos animais e na preparação de pamonhas, que é comercializada uma vez por semana na cidade de Alenquer.

Conforme elucidado por Mcgrath et al. (1991), a agricultura da várzea está intimamente ligada com o ciclo anual do rio, e em um grau menor á pluviosidade, sendo que a época de plantio é específica para cada localidade, e a sua escolha depende do período de tempo em que o local fica suficientemente seco para o plantio e quando estará novamente inundado.

Portanto, há um planejamento e organização empírica quanto a escolha das áreas de plantio, manejo e culturas a serem cultivadas, como por exemplo, plantas que se desenvolvem rapidamente, como feijão, milho e abóbora podem ser cultivadas em locais mais baixos, enquanto aquelas de ciclo produtivo mais longo, como a mandioca, são plantadas em áreas mais arenosas e as culturas perenes que não toleram a inundação, como banana, manga, citrus e cacau são plantados nas áreas mais altas que normalmente não são atingidas pelas cheias (MCGRATH et al., 1991).

O gado é criado para produção de leite e queijo, mas principalmente serve como poupança é raramente vendido, e destaca-se que no verão, o gado é levado para pastar nos campos naturais da várzea, enquanto que durante a cheia, normalmente são levados para a terra firme (MCGRATH et al., 1991).

Mcgrath et al. (1991) relatam ainda, que essas atividades, a agricultura, a pesca, a pecuária e a pequena criação de animais, são integradas no ciclo anual da várzea, que as estratégias de manejo dos ribeirinhos seguem os ritmos sazonais impostos pela subida e descida anual do rio.

Sendo que na fase de águas baixas ou secas, nas áreas de várzea na região amazônica, é um período de abundância ou até mesmo de superabundância, de alimentos silvestres e cultivados, enquanto que a fase de águas altas ou cheias, é um período caracterizado por uma relativa escassez de alimentos de origem vegetal e pela dispersão da fauna aquática (REIS, 2008).

## 2.2. Caracterização da alimentação ribeirinha

Seguindo a classificação dos alimentos por grupos e frequência, na composição dos quadros de consumo, foram considerados os alimentos consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa, sendo apresentando os resultados das frequências de duas a cinco vezes por semana ou todos os dias.

Do grupo do leite e produtos lácteos (**Quadro 2**), o leite tipo em pó integral é o mais consumido pelas famílias participantes. Como já mencionado, o consumo do leite de vaca *in natura* por alguns comunitários, ocorre apenas no período da vazante (período de realização deste estudo), portanto duas famílias informaram o consumo deste tipo de leite. Uma família possui uma criança que está em amamentação, com desmame parcial, no qual é utilizado também leite integral em pó.

**Quadro 2. Grupo 1** – Leite e produtos lácteos, consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa

Grupo de alimentos	Alimentos	N*	Período do consumo
Leite e produtos lácteos	Leite integral em pó industrializado	8	Vazante e enchente
	Leite de vaca <i>in natura</i>	2	Vazante
	Queijo artesanal	10	Vazante

\* N = número de famílias.

No grupo das carnes, pescados e ovos (**Quadro 3**), a frequência do consumo do peixe em todos os dias foi indicado por 60% das famílias que participaram da pesquisa. Cerdeira et al. (1997), em um estudo com ribeirinhos (lago de várzea) do município de Monte Alegre, identificaram a frequência do consumo de peixe em oito dias de dez analisados. O peixe é muito importante tanto para a alimentação, por ser considerada uma boa fonte de proteína e gordura animal, contribuindo para a composição de dietas mais saudáveis, tanto para a renda das famílias da comunidade.

Ainda nesse grupo, observou-se o consumo em menor proporção para frango e carne bovina, e frequência mínima de consumo de carne suína. Destaca-se aqui, o consumo de galinha caipira e ovos caipira, advindos da criação dos próprios comunitários.

Há também o consumo de salsichas por 30% das famílias que participaram da

pesquisa, todavia, destaca-se que o consumo desse produto ocorre em uma vez na semana para 50% das famílias participantes. Isso se dá tanto pelo acesso desse produto nos pequenos comércios locais, quanto pelo fornecimento na alimentação escolar. O charque é outro produto que faz parte da alimentação das crianças da comunidade por compor o cardápio da alimentação escolar.

**Quadro 3. Grupo 2** – Carnes, pescados e ovos, consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa

Grupo de alimentos	Alimentos	N*	Período do consumo
II. Carnes**, pescados e ovos	Peixe	6	Vazante e enchente***
	Frango de granja	3	Vazante e enchente
	Carne Bovina	2	Vazante e enchente
	Galinha caipira	3	Vazante e enchente
	Ovo caipira	4	Vazante e enchente
	Salsicha	3	Vazante e enchente
	Vísceras de frango	3	Vazante e enchente

\* N = número de famílias.

\*\* Uma família participante citou um pássaro chamado passarão, mas seu consumo é eventual.

\*\*\* Mais na enchente (mais variedades de peixes).

Apesar desses produtos serem considerados alimentos restritos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)<sup>10</sup>, são muito utilizados nas escolas de áreas rurais onde a comunidade não dispõe de energia elétrica para acondicionar outros produtos do grupo das carnes (BRASIL, 2018).

No grupo das verduras e legumes (**Quadro 4**), alho e cebola são consumidos todos os dias por todas as famílias que participaram da pesquisa, seguidos das hortaliças que são cultivadas no domicílio como couve e jerimum, que são consumidas por 70% das famílias que participaram da pesquisa, por duas a cinco vezes na semana, hortaliças como coentro, cebolinha e chicória, são consumidos todos os dias por 50% dos

<sup>10</sup>O PNAE tem por objetivo contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (Lei 11.947/2009) (BRASIL, 2009).

participantes. Tomate, batata, pepino e alface são consumidos mais quando os ribeirinhos se deslocam para os mercados da cidade, o que ocorre geralmente de uma a duas vezes ao mês.

**Quadro 4. Grupo 3** – Verduras e legumes, consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa

Grupos de alimentos	Alimentos	N*	Período do consumo
III. Verduras e legumes	Alho e cebola	10	Vazante e enchente
	Couve	7	Vazante e enchente
	Jerimum	6	Enchente
	Coentro, cebolinha, chicória	5	Vazante e enchente
	Alfavaca	4	Vazante e enchente
	Maxixe	3	Vazante e enchente
	Pimentão, pimenta-cheirosa	2	Vazante e enchente

\* N = número de famílias.

No grupo das frutas e sucos naturais (**Quadro 5**), o consumo diário da maioria, acontece apenas no período de safra das mesmas, como: castanha sapucaia, manga, goiaba, caju, ingá, mari que coincidem com o período da vazante, o que caracteriza o baixo consumo pelos participantes deste estudo.

Frutas como mamão, abacaxi, maracujá, maçã, tangerina e abacate são compradas para o consumo familiar quando se deslocam até a cidade para o recebimento dos benefícios sociais.

Apenas a banana é comercializada por vendedores na comunidade, sendo consumida por 40% dos participantes de duas a cinco vezes por semana, em qualquer época do ano, e os participantes da pesquisa também cultivam essa fruta, na época da vazante.

Em um estudo na área de várzea de Ituqui, região de Santarém-Pará, Murrieta et al. (2008), comprovaram que a dieta dos comunitários é estruturada, predominantemente, sobre o consumo de peixe e farinha de mandioca e baixo consumo de frutas.

**Quadro 5. Grupo 4** – Verduras e legumes, consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa

<b>Grupo de alimentos</b>	<b>Alimentos</b>	<b>N*</b>	<b>Período do consumo</b>
IV. Frutas e sucos naturais	Castanha sapucaia, melancia, manga, goiaba, caju, ingá, mari, muruci, pitomba, coco	10	Vazante
	Banana	4	Vazante e enchente
	Laranja	3	Vazante e Enchente

\* N = número de famílias.

Adams et al. (2005), apontaram o pouco consumo de frutas e verduras, por populações ribeirinhas, aportando baixos valores de micronutrientes.

Portanto, é recomendado o consumo diário de três a cinco porções de frutas e verduras e legumes, pois são alimentos muito saudáveis, com excelentes fontes de fibras, de vitaminas e minerais e de vários compostos que contribuem para a prevenção de muitas doenças (BRASIL, 2014).

Avaliando o grupo dos pães, cereais, tubérculos e leguminosas (Quadro 6), foi considerado um pão caseiro em lugar do pão francês, pois na comunidade há duas padarias que comercializam esse tipo de pão, o qual é muito consumido pelos comunitários. Sendo que 80% dos participantes da pesquisa, relataram uma frequência maior de consumo deste pão e 100% relataram o consumo diário de farinha de mandioca.

Para Murrieta e Dufour (2004), a mandioca é a principal fonte calórica da alimentação de ribeirinhos. As famílias que participaram da pesquisa consomem com frequência esse produto, que serve como fonte calórica, e 50% informaram que consomem arroz todos os dias e a outra metade, que consome de duas a cinco vezes por semana, já o consumo do macarrão, 40% dos informantes, relataram que consomem de duas a cinco vezes por semana.

O chamado macarrão “instantâneo” tem sido consumido uma vez na semana por 30% das famílias que participaram da pesquisa, esse produto é um típico alimento ultra-

processado<sup>11</sup>, o que pode ser comprovado com a leitura da longa lista de ingredientes informada no rótulo do produto. Assim, é recomendado que seja evitado, por suas características que os ligam ao consumo excessivo de calorias e ao impacto que suas formas de produção, distribuição, comercialização e consumo causam sobre a saúde, a cultura, a vida social e sobre o meio ambiente (BRASIL, 2014).

**Quadro 6. Grupo 5** – Pães, cereais, tubérculos e leguminosas, consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa

Grupos de alimentos	Alimentos	N*	Período do consumo
V. Pães, cereais, tubérculos e leguminosas	Farinha de mandioca	10	Vazante e enchente
	Pão caseiro	8	Vazante e enchente
	Milho	8	Enchente
	Macaxeira e feijão cozidos	5	Enchente
	Arroz cozido	5	Vazante e enchente
	Bolacha cream cracker	5	Vazante e enchente
	Macarrão	4	Vazante e enchente
	Macarrão instantâneo e bolacha tipo Maria	3	Vazante e enchente

\* N = número de famílias.

No grupo de óleos e gorduras (**Quadro 7**), verificou-se que o óleo de soja é o utilizado nas preparações das refeições, todos os dias, todavia, não foi possível nesse estudo, quantificar seu uso, bem como, a forma de preparação, se no caso, frituras ou cozido.

Manteiga é um produto pouco consumido e margarina tem seu uso em duas a

<sup>11</sup>Alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas), derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hidrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como petróleo e carvão (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e vários tipos de aditivos usados para dotar os produtos de propriedades sensoriais atraentes). Técnicas de manufatura incluem extrusão, moldagem, e pré-processamento por fritura ou cozimento (BRASIL, 2014).

cinco vezes por semana por 70% das famílias que participaram da pesquisa. Desde que utilizados com moderação em preparações culinárias com base em alimentos in natura ou minimamente processados, óleos e gorduras, contribuem para diversificar e tornar mais saborosa a alimentação sem torná-la nutricionalmente desbalanceada (BRASIL, 2014).

Achocolatado, biscoito recheado e salgadinhos são consumidos uma vez por semana por alguns dos participantes desta pesquisa. E quanto aos componentes do grupo das bebidas, houve relatos do consumo de refrigerantes e suco artificial em pó, com consumo em pelo menos uma vez por semana. No grupo de outras preparações artificiais, tais como maionese, sopas e molhos prontos, apenas uma família consome esses produtos esporadicamente em uma a duas vezes ao mês. Produtos integrantes desses três grupos, são considerados ultraprocessados e portanto, como já mencionado, devem ser evitados na alimentação. Além disso, o consumo excessivo de alimentos do grupo das bebidas (exceção do café), aumentam o risco de doenças como obesidade, hipertensão arterial, diabetes e doenças do coração (BRASIL, 2015).

Segundo Pereira (2014), na alimentação dos ribeirinhos há forte herança indígena, mas cada vez mais têm consumido produtos industrializados e produzidos em outros lugares, em particular o frango de granja e a carne bovina.

Murrieta et al. (2008), em análise sobre o consumo alimentar de duas populações ribeirinhas no estado do Pará, informou que os dados obtidos quanto a alimentação das mesmas, vão de encontro a outras pesquisas, que indicam uma grande dependência das comunidades ribeirinhas no clássico binômio culinário amazônico: peixe e mandioca, indicando o peixe é a maior fonte de proteínas e também a mais importante fonte animal de energia. Além disso, também observou, que quanto aos produtos industrializados, como o açúcar, revelam ter um papel importante nas dietas locais, e podem apontar para tendências no consumo alimentar relacionadas com a atual, e ainda pouco compreendida, transição nutricional, bem como com a erosão dos sistemas de subsistência locais.

Adamas et al. (2005) em estudo realizado em uma comunidade de várzea no município de Santarém, estado do Pará, apontaram que o consumo protéico apresenta

**Quadro 7. Grupo 6** Óleos e gorduras; 7 – Doces, salgadinhos e guloseimas; 8 – bebidas; e 9 – Outras preparações artificiais, consumidos pelas famílias que participaram da pesquisa

<b>Grupos de alimentos</b>	<b>Alimentos</b>	<b>N*</b>	<b>Período do consumo</b>
VI. Óleos e gorduras	Óleo de soja	10	Vazante e enchente
	Margarina	7	Vazante e enchente
VII. Doces, salgadinhos e guloseimas	Achocolatado**	3	Vazante e enchente
	Biscoito recheado	3	Vazante e enchente
	Salgadinhos**	4	Vazante e enchente
VIII. Bebidas	Refrigerantes	3	Vazante e enchente
	Cerveja	6	Vazante e enchente
	Café (com açúcar)	9	Vazante e enchente
	Suco artificial em pó	3	Vazante e enchente
IX. Outras Preparações artificiais	Sopas prontas, maionese, mostarda, catchup, molho de tomate pronto e molho de soja***	0	-

\* N = número de famílias.

\*\* Produtos consumidos vez na semana.

\*\*\* Produto consumido muito raramente.

valores bastante altos em relação ao que é recomendado internacionalmente, enquanto os calóricos apresentam números mais modestos e que esse resultado é similar a outros estudos realizados em outras regiões de várzea (MURRIETA e DUFOUR, 2004; ADAMS, 2002; MURRIETA, 2001; MURRIETA et al., 1999).

Indicam ainda que esse desequilíbrio protético e energético é compensado por fontes calóricas de fácil obtenção, como o açúcar e o óleo de cozinha industrializado, mas, importante frisar, que por outro lado, tanto o consumo excessivo de açúcar quanto de



óleos de cozinha têm associações bastante conhecidas com o surgimento de patologias crônicas como o diabetes, alta pressão arterial, problemas cardiovasculares e deterioração da saúde bucal (ADAMS et al. 2005).

A transição nutricional brasileira em curso reside na mudança do padrão de estado nutricional ocorrido. Nas décadas de 70 e 80 esteve fortemente marcado por surtos epidêmicos de fome, elevados índices de prevalência da severidade e da gravidade da desnutrição energético-protéica, além de carências nutricionais, socialmente localizada em áreas nordestinas e na região amazônica. A partir dos anos 90, a situação nutricional tem a considerável redução da prevalência das formas graves da desnutrição mas agregando a obesidade alimentar, o diabetes II e as dislipidemias (ESCODA, 2002).

No cenário atual, as deficiências de micronutrientes e a desnutrição crônica ainda são prevalentes em grupos vulneráveis da população, como em indígenas, quilombolas e crianças e mulheres que vivem em áreas vulneráveis e o aumento expressivo do sobrepeso e da obesidade em todas as faixas etárias, devido ao consumo elevado de alimentos ricos em açúcar, gorduras e sódio (BRASIL, 2014).

Além disso, destaca-se que na instabilidade da produção agrícola, principalmente no que se refere ao cultivo da mandioca, relacionada à imprevisibilidade das cheias em áreas de várzea na região amazônica, é que parece estar o aspecto mais sensível da segurança alimentar para essas comunidades ribeirinhas (ADAMS et al. 2005; MURRIETA et al., 1999).

Para Sousa (2015), a noção de Segurança Alimentar e Nutricional<sup>12</sup>, não se restringe a aspectos econômicos como preços e renda, ou tão somente à ingestão adequada de nutrientes, está também relacionada às redes socioassistenciais, acesso a serviços de saúde e educação, cultura alimentar e meios de vida, produção de alimentos, modelo de desenvolvimento econômico, rede social entre outros, sendo então, temas transversais e complexos, assim, a autora destaca a importância em se despertar a atenção para a situação de comunidades ribeirinhas inseridas na região amazônica, que ao

---

<sup>12</sup>A segurança alimentar e nutricional consiste na realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras da saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (BRASIL, 2006).

não serem assistidas pelo poder público, considerando todas as suas especificidades, são deixadas a mercê dos mecanismos de espoliação do sistema econômico.

E é importante destacar que a garantia do direito à Segurança Alimentar e Nutricional às populações tradicionais está prevista no primeiro artigo da Política Nacional de Desenvolvimento Sustentável dos Povos e Comunidades Tradicionais, que estabelece que esses povos e comunidades tem o direito ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (BRASIL, 2007).

Sendo assim, a legislação garante o direito de acesso das comunidades ribeirinhas às políticas de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional, que podem promover cidadania, garantia de manutenção do modo de vida desses povos e comunidades, o acesso a serviços de saúde e educação, obtenção de alimentos de qualidade em quantidade suficiente para a sobrevivência (SOUSA, 2015).

### **3. Considerações Finais**

Ao se conhecer sobre o ambiente em que vive os comunitários, bem como de seus hábitos alimentares, tanto na vazante como na enchente, percebe-se que é possível que o ambiente em que vivem contribuía para que os mesmos tenham segurança alimentar e nutricional, sendo necessário para isso, a implantação de políticas públicas condizentes com a realidade e especificidades do local.

As famílias ribeirinhas da comunidade estudada desenvolvem atividades produtivas de subsistência, que são tanto fonte de renda como alimento para a família, contribuindo de maneira significativa para uma alimentação saudável, através do consumo de peixes, galinha caipira, ovos caipira e hortaliças em ambas as estações do ano. A coleta de camarão se destaca como atividade que promove empoderamento e protagonismo da mulher, além, de ser importante atividade de trabalho e renda. A agricultura de subsistência com o cultivo de feijão, mandioca e milho, fornece alimentos para o consumo familiar e o excedente é comercializado.

Contudo, a produção e o consumo de frutas na maioria das propriedades é deficiente no período da enchente, tendo seu consumo considerado inadequado na avaliação da frequência alimentar.

Ressalta-se ainda, que a complementação da renda das famílias por meio do acesso a políticas públicas, como o Programa Bolsa Família e o Seguro Defeso e o Programa Nacional de Alimentação Escolar, é de fundamental importância para aquisição de alimentos que complementam a dieta alimentar das famílias, mas ao mesmo tempo vem contribuindo para que os comunitários adquiram alimentos industrializados ultra-processados que são inadequados para saúde humana. E conforme a Lei 11.947 de 2009, o Programa Nacional de Alimentação Escolar tem como uma de suas diretrizes o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos.

Porém, na comunidade estudada, onde não há o fornecimento de energia elétrica, a Secretaria Municipal de Educação deve buscar uma estratégia de aumentar a oferta de produtos da agricultura familiar, sobretudo as frutas, para incentivar o aumento do consumo desse produto, bem como, reduzir ou eliminar a oferta de alimentos ultra-processados, como o achocolatado e salsicha, que assim como biscoitos recheados, “salgadinhos de pacote”, refrigerantes e “macarrão instantâneo” – são nutricionalmente desbalanceados e inadequados para alimentação das crianças e também de adultos.

Destaca-se ainda, que como a comunidade estudada, está inserida a um Projeto de Assentamento Agroestrativista, é importante que se construa estratégias de gestão dos recursos naturais, de organização social e estratégias produtivas que contribua para melhoria da qualidade de vida dos comunitários. Contribuições das Secretarias Municipais de Saúde e Assistência Social, por meio das condicionalidades do Programa Bolsa Família, devem promover hábitos de saúde e nutrição saudáveis com vistas a oferta e escolha de alimentos valorizando o consumo dos alimentos regionais e preparações tradicionais da cultura local.

## Referências

- ADAMS, C. **Estratégias adaptativas de duas populações caboclas (Pará) aos ecossistemas de várzea estuarina e estacional: uma análise comparativa (2002)**. Programa de Pós-graduação em Ecologia – Universidade de São Paulo (Tese de Doutorado). São Paulo, 2002, 373p.
- ADAMS, C.; MURRIETA, R. S. S.; SANCHES, R. A. Agricultura e alimentação em populações ribeirinhas das várzeas do Amazonas. **Novas Perspectivas**, v. 8, n. 1, p. 1 – 23, 2005.
- ALENCAR, F. H.; Et al. Determinantes e consequências da insegurança alimentar no Amazonas: a influência dos ecossistemas. **Acta Amazônica**. v. 37, n. 3, p. 413-418, 2007.
- ALMEIDA, E. M. M. Cultura e identidades dos ribeirinhos da ilha dos Carás no município de Afuá. **Revista Cocar**. v. 3, n. 6, p. 31 41, 2009.
- BENATTI, J. H. **Várzea e as Populações Tradicionais**: a tentativa de implementar políticas públicas em uma região ecologicamente instável. In: PROVARZEA. A Função Socioambiental do Patrimônio da União na Amazônia. Belém, p. 17-29, 2016.
- BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do programa dinheiro direto na escola aos alunos da educação básica. Brasília, DF: FNDE, 2009. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br>. Acesso em: 28 de out. 2018.
- BRASIL. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2004-2006/2006/Lei/L11346.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Lei/L11346.htm). Acesso em 14 de dezembro de 2018.
- BRASIL. **Lei nº 10.836, de 9 de janeiro de 2004**. Cria o Programa Bolsa Família e dá outras providências. Disponível em: Acesso em: 21 de março de 2020.(a) [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2004-2006/2004/Lei/L10.836.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2004/Lei/L10.836.htm).
- BRASIL. **Lei No. 10.779, de 25 de novembro de 2003**. Dispõe sobre a concessão do benefício de seguro desemprego, durante o período de defeso, ao pescador profissional que exerce a atividade pesqueira de forma artesanal. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/L10.779compilado.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.779compilado.htm). Acesso em: 21 de março de 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria Interministerial Nº 2.509, de 18 de novembro de 2004**. Dispõe sobre as atribuições e normas para a oferta e o monitoramento das ações de saúde relativas às condicionalidades das famílias beneficiárias do Programa Bolsa Família. Disponível em <http://www.imprensaoficial.org.br>. Acesso em 20 de setembro de 2018. (b)
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. – Brasília, 2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Aten-

ção Básica. **Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica.** 33 p. Brasília, 2015.

CAMPOS, A. G; CHAVES, J. V. **Seguro Defeso: problemas enfrentados pelo programa.** Política em foco/ Mercado de trabalho. IPEA, Brasília–DF, 2014.

CANTO, O. Comunidades do lago. In: TEISSERENC, P. et al. (Org.). **Coletividades locais e desenvolvimento territorial na Amazônia.** Belém: NUMA/UFPA, 2008, p. 245-255.

CERDEIRA, R. G. P; RUFFINO, M. L.; ISAAC, V. J. Consumo de pescado e outros alimentos pela população ribeirinha do Lago Grande de Monte Alegre, Pará, Brasil. **Acta Amazônica.** v. 27, n. 3, p. 213-218, 1997.

CERQUEIRA, L. **Guia do Diagnóstico Participativo.** FLACSO/BRASIL, Rio de Janeiro, 2015.

DIEGUES, A. C. água e cultura nas populações tradicionais brasileiras. **Anais do I Encontro Internacional: Governança da água.** São Paulo, 2007. Disponível em: <<http://nupaub.fflch.usp.br/sites/nupaub.fflch.usp.br/files/color/simbolagua.pdf>>. Acesso em: 21 de março de 2020.

DUCKE, A.; BLACK, G. A. Notas sobre a Fitogeografia da Amazônia Brasileira. **Boletim Técnico do Instituto Agrônomo do Norte.** Belém, 1954. 62p.

ESCODA, M. S. Q. **Para a crítica da transição nutricional.** Ciência e Saúde Coletiva. v. 7 n. 2, p. 219 – 226, 2002.

FILGUEIRAS, L. A. **Crianças ribeirinhas e quilombolas da Amazônia:** Crescimento, Determinantes sociais de saúde e Políticas públicas. Programa de Pós-Graduação em Antropologia - Universidade Federal do Pará (Tese de Doutorado). Belém, 2016. 127p.

FURTADO, L. G. **Pescadores do rio Amazonas:** um estudo antropológico da pesca ribeirinha numa aérea amazônica. Belém: Museu Paraense Emílio Goeldi, 1993, 486p.

GAMA, A. S. M.; FERNANDES, T. G.; PARENTE, R. C. P.; SECOLI, S. R. **Inquérito de saúde em comunidades ribeirinhas do Amazonas, Brasil.** Caderno de Saúde Pública. São Paulo, 2018.

GOULDING, M.; FERREIRA, E. J. **Pescarias Amazônicas, Proteção de habitats e fazendas nas Várzeas:** Uma Visão Ecológica e Econômica (Com um ensaio fotográfico). Relatório para o Banco Mundial, 1996.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Contagem Populacional 2010.** Disponível em: <<http://www.sidra.ibge.gov.br/bda/popul/2010>>. Acesso em: 28 de outubro de 2018.

LOPES, Luis Otávio do Canto. **Várzea e varzeiros da Amazônia.** 1. Ed. Belém: Museu Paraense Emílio Goeldi, 2008.

MCGRATH, D. G. et al. **Varzeiros, Geleiros e o Manejo dos Recursos Naturais na Várzea do Baixo Amazonas.** **Paper do NAEA.** n. 4, p. 1 -28, 1991.

MOURA, E. A. F. **Práticas socioambientais na Reserva de Desenvolvimento Sustentável.** Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Sustentável do Trópico Úmido

- Universidade Federal do Pará (Tese de Doutorado). Belém, 2007. 314p.
- MURRIETA, R. S. S. Dialética do sabor: alimentação, ecologia e vida cotidiana. **Revista de Antropologia**, v. 44 n. 2, p. 40 – 88, 2001.
- MURRIETA, R. S. S.; DUFOUR, D. Fish and flour: protein and energy consumption in Amazon rural communities on Ituqui Island, Brazil. **Ecol Food Nutr.** v. 4, p. 55-231, 2004.
- MURRIETA, R. S. S.; et al. Consumo alimentar e ecologia de populações ribeirinhas em dois ecossistemas amazônicos: um estudo comparativo. **Rev. Nutr.**, v. 21(Suplemento), p.123s-133s, 2008.
- MURRIETA, R. S. S. et al., “Food Consumption and Subsistence in Three Caboclo Populations on Marajó Island, Amazonia, Brazil”. **Human Ecology**. v. 27, n. 3, p. 455 – 475, 1999.
- NEU, V.; SANTOS, M. A. S.; MEYER, L. F. F. Banheiro ecológico ribeirinho: saneamento descentralizado para comunidades de várzea na Amazônia. **Em Extensão**, v. 15, n. 1, p. 28-44, 2016.
- OLIVEIRA JÚNIOR, R. C. de; CORREA, J. R. V. **Solos do município de Alenquer, Estado do Pará**. Belém: Embrapa Amazônia Oriental, 2002. 84p.
- PARÁ (Governo do Estado do Pará). **Inventário da oferta turística: Alenquer – PA**. Belém: Secretaria de Turismo do estado do Pará, 2017, 56p.
- PEREIRA. E. A. D. **As encruzilhadas das territorialidades ribeirinhas: transformações da Amazônia Tocantina paraense**. Programa de Pós-Graduação em Geografia – Universidade Federal Fluminense (Tese de Doutorado). Niterói, 2014, 434 p.
- PEREIRA, M. S., WITKOSKI, A. C. Construção de paisagem, espaço e lugar na várzea do rio Solimões-Amazonas. **Novos Cadernos do NAEA**, Belém-PA. v. 15, n. 1, p. 273-290, 2012.
- RASEIRA, M. B. **Projeto Manejo dos Recursos Naturais**. Manaus: Ibama/ProVárzea, 2008, 48 p.
- REIS, A. A. **Estratégias de desenvolvimento local sustentável da pequena produção familiar na várzea do município de Igarapé-Miri (PA)**. Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Sustentável do Trópico Úmido – Universidade Federal do Pará (Dissertação de mestrado). Belém, 2008, 128 p.
- RIBEIRO, N. V. **Atlas da várzea: Amazônia Brasil**. Manaus: Ibama, 2007, 132 p.
- RODRIGUES, C. P. **Mulheres Pescadoras: os significados do trabalho de pesca do camarão na Comunidade da Salvação – Alenquer – PA**. Programa de Pós-graduação em Ciências do Ambiente e Sustentabilidade na Amazônia – Universidade Federal do Amazonas (Tese de doutorado). Manaus, 2018, 210 p.
- RODRIGUES, C.; SCHERER, E; DIÓGENES, A. Pescadoras artesanais de camarão em águas interiores na região amazônica: similaridades e diferenças. **Anais do XXXI Congresso ALAS**, Uruguai, 2017. Disponível em: [http://alas2017.easyplanners.info/opc/tl/6644\\_christiane\\_rodrigues.pdf](http://alas2017.easyplanners.info/opc/tl/6644_christiane_rodrigues.pdf). Acesso em: 02 de dezembro de 2018.

SALVO, V. L. M. A., GIMENO, S. G. A. **Métodos de investigação do consumo alimentar: entrevista.** 2003. Disponível em: <http://www.nutricaoempauta.com.br>. Acesso em: 22 de setembro de 2018.

SCHERER, E. Modos de vida ribeirinha na Amazônia. **Anais do XII Congresso Brasileiro de Sociologia.** Belo Horizonte-MG, 2005. Disponível em: <[http://www.sbsociologia.com.br/portal/index.php?option=com\\_docman&task=cat\\_view&gid=75&Itemid=171](http://www.sbsociologia.com.br/portal/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=75&Itemid=171)>. Acesso em: 21 de março de 2020.

SILVA, A. L. da Comida de gente: preferências e tabus alimentares entre os ribeirinhos do Médio Rio Negro (Amazonas, Brasil). **Revista de Antropologia.** v. 50 n. 1, p. 125 – 179, 2007.

SILVA-JUNIOR, O. M. da; SZLAFSZTEIN, C. F. A importância dos conceitos de ameaça, vulnerabilidade e risco em planos diretores municipais: estudo de caso no município de Alenquer (Pará). **Revista GeoAmazônia**, n. 01, v. 01, p. 55 - 71, 2013. DOI:[10.17551/2358-1778/geoamazonia.n1v1p64-80](https://doi.org/10.17551/2358-1778/geoamazonia.n1v1p64-80).

SILVA-JUNIOR, O. M. da; SZLAFSZTEIN, C. F. Análise de risco como critério a gestão do território: um estudo do plano diretor do município de Alenquer (PA). **Revista OLAM – Ciência & Tecnologia**, v. 10, n. 2, p. 143 – 170, 2010.

SILVA, M. C.; BARROS, J. F. Uma comunidade da várzea: organização e morfologia social. **Somanlu: Revista de Estudos Amazônicos**, v. 3, n. 1/2, p. 89-109, 2003.

SILVA, S. S. da C. **Estrutura e dinâmica das relações familiares de uma comunidade ribeirinha da região amazônica.** Programa de Pós-graduação em Psicologia – Universidade de Brasília (Tese de doutorado). Brasília, 2006. 318p.

SILVA, S. S. da C.; PONTES, F. A. R.; SANTOS, T. M. dos. Rotinas Familiares de Ribeirinhos Amazônicos: Uma Possibilidade de Investigação. **Psicologia: Teoria e Pesquisa.** v. 26 n. 2, p. 341-350, 2010.

SOUSA, G. S. de. **Caça e Segurança Alimentar em comunidades ribeirinhas do Médio Xingú.** Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento Sustentável do Trópico úmido – Universidade Federal do Pará (Dissertação de mestrado). Belém, 2015.

WITKOSKI, A. C. **Terra, floresta e água: os camponeses amazônicos e as formas de uso de seus recursos naturais.** 2ª. Edição. – São Paulo: Annablume, 2010, 486 p.