



Universidade de Brasília (UnB)

Faculdade UnB Planaltina (FUP)

Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e desenvolvimento Rural (PPG-Mader)

Samanta Nascimento Fabbris

**RESISTINDO À FOME, COZINHANDO A REVOLUÇÃO:
PERCEPÇÕES DE MULHERES EM UMA COZINHA SOLIDÁRIA NO SOL
NASCENTE – DISTRITO FEDERAL**

Planaltina-DF

2025

Samanta Nascimento Fabbris

**RESISTINDO À FOME, COZINHANDO A REVOLUÇÃO:
PERCEPÇÕES DE MULHERES EM UMA COZINHA SOLIDÁRIA NO SOL
NASCENTE – DISTRITO FEDERAL**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural, da Faculdade UnB Planaltina – Universidade de Brasília (UnB), como parte dos requisitos necessários para a obtenção do grau de Mestra em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural.

Orientadora: Professora Dra. Regina Coelly Fernandes Saraiva.

Planaltina-DF

2025

F113r Fabbris, Samanta Nascimento
Resistindo à fome, cozinhando a revolução: percepções de
mulheres em uma cozinha solidária no Sol Nascente - Distrito
Federal / Samanta Nascimento Fabbris; orientador Regina
Coelly Fernandes Saraiva. Brasília, 2025.
128 p.

Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Desenvolvimento
Rural) Universidade de Brasília, 2025.

1. Insegurança alimentar. 2. Movimentos sociais. 3.
Protagonismo feminino. 4. Solidariedade. 5. Alimentação
adequada e saudável. . I. Coelly Fernandes Saraiva, Regina,
orient. II. Título.

Universidade de Brasília (UnB)
Faculdade UnB Planaltina (FUP)
Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e desenvolvimento Rural (PPG-Mader)

FOLHA DE APROVAÇÃO

Título: “Resistindo à fome, cozinhando a revolução: percepções de mulheres em uma cozinha solidária no Sol Nascente – Distrito Federal”

Autora: Samanta Nascimento Fabbris

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural, da Faculdade UnB Planaltina – Universidade de Brasília (UnB), como parte dos requisitos necessários para a obtenção do grau de Mestra em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural.

Banca Examinadora:

Professora Dra. Elisa de Jesus Garcia – Membro externo

Professora Dra. Doris Aleida Villamizar Sayago – Membro externo

Professor Dr. Mário Lúcio de Ávila – Membro interno - suplente

Planaltina-DF

2025

*Dedico esta dissertação às mulheres
trabalhadoras do Brasil e a todas as pessoas
que enxergam na alimentação um motor de
mudança social.*

AGRADECIMENTOS

Vejo a gratidão como uma das formas mais verdadeiras de expressar o amor, pelos outros, por nós e pela vida. Assim, registro nestas páginas um sentimento que compartilhei extensamente com aqueles que me acompanharam durante um dos processos mais intensos que já vivenciei. Para além disso, registro meu agradecimento àquelas e àqueles que já se foram ou que eu nunca irei conhecer, mas que deixaram marcas que se apresentam nesta escrita.

Uma dissertação, apesar de por vezes solitária, definitivamente não é um processo individual; há um acúmulo de toda uma vida, de muitas vidas. Assim, primeiramente, agradeço aos meus pais, Gardênia e Márcio, por me proporcionarem uma criação de afeto. Afirmo, sempre que posso, que ter um lar que me enxerga, respeita e incentiva é o maior privilégio que tenho em vida. Graças ao apoio incondicional deles, sempre pude desbravar o mundo (físico e das ideias) sem medo de ser quem sou. Além disso, foi dentro de casa que me conectei com a comida, nas visitas aos feirantes todo sábado, desde criança, com meu pai; nos testes de receitas; e nas diversas e criativas aventuras que fazemos dentro da cozinha. Foi assim que aprendi que a alimentação é um ato de amor.

Agradeço também à minha avó Eunice e à minha tia Cida, que sempre me motivam e me olham com o olhar mais carinhoso e admirado que eu já encontrei. Família, vocês são meu núcleo duro.

Agradeço profundamente ao Mateus, meu companheiro, que, apesar de ser a pessoa que conhece todos os meus defeitos, ainda acredita inteiramente em mim. Sua companhia me acalma e fortalece todos os dias; espero compartilhar muitas conquistas com você.

A todos os meus colegas e amigos queridos, por trazerem leveza à caminhada. Julia Vivas, amiga querida que me acompanha há tantos anos, que me ensina diariamente sobre escuta verdadeira e que sempre abre minha mente para novas possibilidades de mundo. Alice e Bárbara, que transformam meu dia a dia, trazendo alegria mesmo nos momentos mais tensos ou nas infinitas horas de estudo. Lenio e Paulo, por me entenderem de uma maneira única e compartilharem de tudo um pouco comigo. A todas as amizades que passaram por mim para ensinar algo e a todos aqueles que permanecem e acreditam.

Pensando no acúmulo de vidas, essas foram as pessoas que me permitiram chegar e me deram forças para continuar. Porém, uma vez que me deparei com a realidade de um mestrado, novas pessoas apareceram e portas se abriram para que eu pudesse seguir. Agradeço ao meu departamento de mestrado, que me mostrou novas possibilidades de ser pesquisadora e ampliou imensamente minhas ideias; a todas as professoras e professores que

cruzaram meu caminho; e aos colegas que compartilharam essa experiência. Agradeço também à Capes, por incentivar e reconhecer a pesquisa no Brasil e pela bolsa que me permitiu realizar a dissertação com mais tranquilidade.

Em especial, gostaria de reconhecer o esforço e carinho que recebi da minha orientadora, Regina, que mudou minha referência de professora-aluna e sempre ofereceu um espaço seguro para me desenvolver como pesquisadora e para que a escrita desta dissertação fosse verdadeira e relevante. Agradeço também às professoras Doris, Elisa e Janaína, e ao professor Mário, que formaram as bancas de qualificação e defesa desta dissertação, por dedicarem seu tempo e conhecimento ao meu trabalho.

Ademais, nos caminhos do mestrado, encontrei diversas pessoas brilhantes, sendo duas delas luzes na minha trajetória: Gio e Débora. Obrigada por serem leitoras e ouvintes fiéis e por mostrarem que, de fato, juntas somos mais fortes.

Do fundo do meu coração, agradeço à Bizza, à Jô e à Socorro, que verdadeiramente possibilitaram que essa pesquisa acontecesse e, principalmente, pela amizade que construímos. Terei para sempre em minha memória os momentos que compartilhamos e anseio pelos próximos. Obrigada por tanto amor, abertura e ensinamentos, vocês são mulheres inspiradoras. Agradeço a todas as entrevistadas por abrirem as portas de suas casas e dedicarem seu tempo precioso para compartilhar suas vidas e verdades comigo.

Agradeço a todos os movimentos sociais do Brasil, do campo e da cidade, por pavimentarem um caminho de lutas e possibilitarem o diálogo com a Universidade. Em especial, ao Movimento dos Trabalhadores Sem-Teto e ao fantástico projeto das Cozinhas Solidárias, que me inspiraram e acompanharam durante toda essa jornada.

À comunidade do Sol Nascente e, principalmente, às crianças da Escolinha Formigueiro, por todo o acolhimento e partilha. Agradeço também à professora Anelise e ao projeto MultiplicaSAN, por terem viabilizado o meu primeiro contato com a Cozinha Solidária.

A todas as educadoras e educadores que cruzaram minha vida desde a alfabetização, e a todas as pesquisadoras e pesquisadores que foram referência para esta escrita. Honro cada um que dedica seu tempo para ensinar e produzir ciência.

Por fim, gostaria de agradecer ao caótico e belo mistério universal que me permitiu vivenciar novas e potentes realidades, ampliando as possibilidades do meu ser.

Ao todo, a todas e a todos, gratidão.

RESUMO

No Brasil, a alimentação se insere em um cenário de intermináveis contradições. Esta é reconhecida como um direito de múltiplas e complexas dimensões, mas é controlada por um sistema alimentar hegemônico (dominado pelo agronegócio e pelas multinacionais alimentícias) e gerida por um Estado que ainda focaliza suas ações em políticas públicas pontuais. Atualmente, 19 milhões de brasileiros experienciam a Insegurança Alimentar e Nutricional (IAN) em sua forma mais grave, a qual se expressa de maneira desigual e urgente através da fome. Nesse panorama, a sociedade civil vem, historicamente, se organizando para combater as injustiças criadas por esse sistema e lutar contra a fome. O Movimento dos Trabalhadores Sem Teto (MTST), com o advento da pandemia de Covid-19, a ampliação das desigualdades e a problemática da fome agravada, engatilhou uma nova atuação: as Cozinhas Solidárias (CS). Esses espaços oferecem refeições gratuitas nas periferias do país e se fortalecem, também, como um local de fomento do poder popular, uma vez que se constroem e mantêm por bases verdadeiramente solidárias. Essa pesquisa focou sua análise na Cozinha Solidária localizada no Sol Nascente, território periférico do Distrito Federal, ainda em constantes transformações e atualmente, com o maior nível de IAN do DF. Esse território revela diversas formas de desigualdade e escancara a problemática do atual sistema alimentar. Assim, a partir de uma pesquisa etnográfica associada a entrevistas semiestruturadas, analisadas pela metodologia da análise de conteúdo proposta por Bardin (1977), investigou-se a percepção de três grupos de atores envolvidos na dinâmica da Cozinha Solidária: as cozinheiras, as agricultoras fornecedoras de alimentos e as mães de crianças que frequentam o reforço escolar oferecido no espaço. Os resultados demonstraram a CS como um espaço importante na rotina dos grupos de atores selecionados, contribuindo não só com a alimentação, mas com a sociabilidade, educação e saúde da comunidade. Ademais, revelou-se o protagonismo feminino na luta pela soberania e segurança alimentar e nutricional, e em toda a dinâmica que envolve a CS - do campo a cidade - bem como a sobrecarga experienciada por essas mulheres. A partir da complexidade de organização de um movimento social na luta pela alimentação para todos e da injusta realidade experienciada nas periferias, as Cozinhas Solidárias ainda são um campo vasto para estudos.

Palavras-chave: insegurança alimentar; movimentos sociais; protagonismo feminino; solidariedade; alimentação adequada e saudável.

ABSTRACT

In Brazil, the food right is placed in a scenario of endless contradictions. This right is recognized to have multiple and complex dimensions, but it is controlled by a hegemonic food system (dominated by agribusiness and food multinationals) and managed by a State that still focuses its actions on punctual public policies. Currently, 19 million Brazilians experience Food and Nutrition Insecurity (IA) in its most serious form, which is expressed unevenly and urgently through hunger. In this panorama, civil society has historically organized itself to combat the injustices created by this system and fight against hunger. The Homeless Workers Movement (MTST), with the advent of the Covid-19 pandemic, the expansion of inequalities and the problem of worsening hunger, initiated a new activity: the Solidarity Kitchens (CS). These spaces offer free meals on the outskirts of the country and are also strengthened as a place to promote popular power, as they are built and maintained on truly solidary bases. This research focused its analysis on the Solidarity Kitchen located in Sol Nascente, a outskirt territory of the Federal District (DF), still undergoing constant transformations and currently, with the highest level of IA in the DF. This space reveals various forms of inequality and exposes the problems of the current food system. Thus, based on ethnographic research associated with semi-structured interviews, analyzed using the content analysis methodology proposed by Bardin (1977), the perception of three groups of actors involved in the Solidarity Kitchen dynamics was investigated: the cooks, the farmers who supply food and mothers of children who attend the school support offered in the space. The results demonstrated the CS as an important space in the routine of the groups of selected actors, contributing not only to food, but to the sociability, education and health of the community. Furthermore, the female protagonism in the fight for food and nutritional sovereignty and security was revealed, in all the dynamics involving CS - from the countryside to the city - as well as the overload experienced by these women. Based on the complexity of organizing a social movement in the fight for food for all and the unfair reality experienced on the outskirts, Solidarity Kitchens are still a vast field for studies.

Keywords: food insecurity; social movements; female protagonism; solidarity; adequate and healthy food.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Mapa das Regiões Administrativas (RA) do Distrito Federal, em vermelho está marcada a localização da RA Sol Nascente/Pôr do Sol	25
Figura 2 – Mancha Urbana Ceilândia.	26
Figura 3 – Território do Sol Nascente circundado por área urbana (Região Administrativa da Ceilândia) e Área Rural.....	28
Figura 4 – Território da Cozinha Solidária	29
Figura 5 – Localização da Cozinha Solidária no território do Sol Nascente	31
Figura 6 – Linha do tempo: principais momentos na formação das Cozinhas Solidárias do MTST	34
Figura 7 – Mapa mental produzido após pesquisa exploratória	47
Figura 8 – Parte da frente da Cozinha Solidária, com início de formação da fila para pegar o almoço	14
Figura 9 – Sábado na CS. Evento realizado com as crianças da comunidade para escrita da “cartinha para o Papai Noel” onde pode-se ler a frase “o melhor prato é o prato cheio!”	14
Figura 10 – Registro do momento de preparo do almoço. Na foto estão: Jurailde (cozinheira da CS), Silvania (voluntária e militante do MTST) e eu.....	14
Figura 11 – Paredes externas da CS, onde pode-se ler “MTST a luta é pra valer” e “Quem não se movimenta não sente as as correntes que os prendem. - Rosa Luxemburgo”	14
Figura 12 – Foto das três entrevistadas (Bizza, Socorro e Jô, respectivamente). Esta foto faz parte da divulgação do filme “Não existe almoço grátis”.	58
Figura 13 – Registro de Bizza segurando a bandeira do MTST, no dia da entrevista, perto da horta da CS	61
Figura 14 – Registro de Jô e Socorro, no dia da entrevista, em frente à mesa de lanche preparada por elas	65
Figura 15 – Registro de Ivanildes, no dia da entrevista, em sua propriedade, entre canteiros de produção	68
Figura 16 – Registro de Chica, no dia da entrevista, mostrando sua produção.....	70

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Legislações afetas ao Programa Cozinha Solidária.....	36
Quadro 2 – Perfil das entrevistadas da pesquisa	49
Quadro 3 – Categorias de análise	51
Quadro 4 – Perfil Bizza (cozinheira)	60
Quadro 5 – Perfil Jô (cozinheira)	62
Quadro 6 – Perfil Socorro (cozinheira).....	63
Quadro 7 – Perfil Ivanildes (agricultora agroecológica e fornecedora de alimentos para a CS)	66
Quadro 8 – Perfil Chica (agricultora agroecológica e fornecedora de alimentos para a CS) .	69
Quadro 9 – Perfil Luanna (moradora do Sol Nascente e mãe de uma das crianças que frequenta a Escolinha Formigueiro).....	72
Quadro 10 – Perfil Vivi (moradora do Sol Nascente e mãe de uma das crianças que frequenta a Escolinha Formigueiro)	74
Quadro 11 – Categorias de análise	76
Quadro 12 – Classificação de alimentos de acordo com a Nova	83

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF	Agricultura familiar
AAMRAC	Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã
AAS	Alimentação adequada e saudável
CS	Cozinha Solidária
CODEPLAN	Companhia de Planejamento do Distrito Federal
Consea	Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
DHAAS	Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável
IAN	Insegurança Alimentar e Nutricional
LOSAN	Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional
MDS	Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome
M. Saúde	Ministério da Saúde
MS	Movimento social
MST	Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra
MTST	Movimento dos Trabalhadores Sem-Teto
PAA	Programa de Aquisição de alimentos
PDAD	Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios
Rede PENSSAN	Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar
PNAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar
PNCS	Programa Nacional Cozinha Solidária
PPG-Mader	Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural
PSOL	Partido Socialismo e Liberdade
RA	Região Administrativa
SAN	Segurança Alimentar e Nutricional
SISAN	Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
SSAN	Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UBS	Unidade Básica de Saúde
UnB	Universidade de Brasília
Upp	Alimentos Ultraprocessados

SUMÁRIO

MEMORIAL: DA MESA DE CASA AO TEMA DE PESQUISA.....	13
INTRODUÇÃO.....	15
1 COZINHAS SOLIDÁRIAS: ELO DE LUTAS, LUGAR DE RESISTÊNCIA	22
1.1 Do povo para o povo: o território e o projeto das Cozinhas Solidárias.....	22
1.1.1 O Sol Nascente e o cenário de insegurança alimentar e nutricional	23
1.1.2 O projeto da Cozinha Solidária.....	31
1.2 Soberania e segurança alimentar e nutricional - uma aproximação essencial.....	37
2 METODOLOGIA DA PESQUISA E CAMINHOS DA PESQUISADORA	41
2.1 Pesquisa exploratória: observação participante e diários de campo.....	42
2.2 A coleta de dados.....	44
2.2.1 Entrevistas.....	46
2.3 Análise dos dados	50
2.4 Trajetos, olhares e percepções: uma descrição da CS do Sol Nascente.....	51
3 MULHERES QUE PROTAGONIZAM O COMBATE À FOME	57
3.1 Trajetórias de vida: cozinheiras, agriculturas e mães na CS do Sol Nascente.....	57
3.1.1 As cozinheiras	58
3.1.2 As agricultoras	65
3.1.3 As mães.....	70
3.2 Primeiras reverberações das entrevistas	75
4 A ALIMENTAÇÃO COMO FIO CONDUTOR DE NOVOS FUTUROS POSSÍVEIS	77
4.1 Entrelaçando percepções: as categorias de análise	78
4.1.1 A Cozinha Solidária e a alimentação saudável: perspectivas através da produção agroecológica e da comida de verdade	79
4.1.2 Espaço da comunidade: a rede de apoio como construção social.....	88
4.1.3 Conexão entre movimentos sociais: um olhar da Cozinha Solidária	94
4.1.4 Trabalho e sobrecarga feminina: cozinha, lugar de mulher?	100
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	107
REFERÊNCIAS.....	110
APÊNDICE A - ROTEIROS DE ENTREVISTA.....	122
APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	127

MEMORIAL: DA MESA DE CASA AO TEMA DE PESQUISA

Considero-me cozinheira desde que me entendo como pessoa, e minha relação com a comida perpassa minha trajetória pessoal, profissional e acadêmica. Minhas melhores lembranças, com certeza, estão em momentos que passei em feiras com meu pai, na cozinha, em volta da mesa com pessoas queridas e nos estudos sobre as diversas facetas da alimentação. A comida sempre teve significados muito especiais na minha vida: alegria, aprendizado, cura, partilha e ativismo.

Em 2016, conheci o *Slow Food*, um movimento internacional em prol do alimento bom, limpo e justo, que se organiza a partir de comunidades locais, em ações diversas para promover a segurança alimentar e nutricional¹, a valorização da sociobiodiversidade², o protagonismo do campesinato e a manutenção das culturas alimentares. A partir dessa conexão, meus pensamentos começaram a seguir pela ideia de ir para algum campo de estudo e trabalho que lidasse com comida e com pessoas. Com isso, uma coisa foi levando à outra, e decidi cursar nutrição.

Durante minha graduação, na Universidade de Brasília (UnB), vivenciei duas matérias que foram chave para minha identificação com as temáticas que me proponho a estudar atualmente: Educação Alimentar e Nutricional e Nutrição em Saúde Coletiva³. As professoras responsáveis por essas matérias tinham abordagens completamente diferentes daquelas padronizadas na profissão, principalmente sobre a importância social da alimentação e as possibilidades de mudança através da comida. Com isso, consegui conectar a minha graduação com o que estava fazendo no ativismo alimentar.

Ao me formar, tive a experiência de abrir uma empresa de alimentação vegana para *delivery*, a Cebolando, o que me permitiu perceber a nutrição através do olhar de cozinheira.

Já em setembro de 2022, a partir da oportunidade de representar a comunidade *Slow Food* Cerrado em um evento internacional – o *Terra Madre Salone Del Gusto*, sediado em Turim, Itália –, me conectei com ativistas de todo o mundo que estavam, de alguma forma, atuando com a Segurança e a Soberania Alimentar⁴, conceitos centrais na construção do presente estudo.

¹A 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 de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (Brasil, 2006).

² Conceito que expressa a inter-relação entre a diversidade biológica e a diversidade de sistemas socioculturais (MDA, 2009).

³ Professoras responsáveis pelas disciplinas: Elisabetta Recine e Anelise Rizzolo, respectivamente.

⁴ É o direito dos povos definirem suas próprias políticas e estratégias sustentáveis de produção, distribuição e consumo de alimentos que garantam o direito à alimentação para toda a população. É a via para se erradicar a

A partir disso, retornei ao Brasil revigorada e decidida a trilhar novos caminhos. Foi quando cogitei a ideia de um mestrado, até que cheguei ao processo seletivo do Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural (PPG-Mader), e naquele momento visualizei uma ótima oportunidade de redirecionar minha trajetória. Já no programa, a interdisciplinaridade dos discentes e docentes me encantou e animou ainda mais para seguir. Nesse processo, as intenções de pesquisa foram se modificando e refinando; uma chave virou quando relembrei o porquê de ter buscado novos caminhos: a importância da alimentação para além do indivíduo, a percepção do alimento como um condutor de cidadania, como um guardião da cultura e como uma conexão entre pessoas.

A partir da perspectiva do ativismo alimentar, percebo os movimentos sociais como parte fundamental da construção de uma sociedade mais justa, em que a alimentação pode ser uma união e um fio condutor das lutas. Afinal, comer é um ato político. Assim, da amplitude que era a vontade de estudar “movimentos sociais” e “políticas públicas de alimentação e nutrição” (palavras-chave extensamente pesquisadas por mim), surgiram especificidades intrigantes e importantes sobre quais caminhos eu poderia tentar seguir.

Em uma conversa com uma professora que muito admiro da graduação, Anelise Rizzolo, surgiu a ideia de visitar a Cozinha Solidária do MTST no Sol Nascente, e uma luz se acendeu: é isso! Dessa forma, percebendo o cozinhar como ato revolucionário e a cozinha como local de resistência, dou o pontapé desta pesquisa.

INTRODUÇÃO

Alimentar-se é um direito e uma necessidade humana com complexas e múltiplas dimensões. Não se refere apenas aos aspectos de quantidade e qualidade dos alimentos, mas anexa outros fatores, como o histórico, o cultural, o político, o social, o econômico e o de autopercepção (Valente, 2002)⁵.

A comida se transforma com o ser social, fazendo parte do desenvolvimento da sociedade e entrelaçando o natural e o cultural (Silva Filho, 2020). Assim, a alimentação, seja como ato ou como direito, engloba fatores diversos, para muito além da ingestão de nutrientes. De acordo com Valente (2002, p. 33), “o povo brasileiro não tem só fome de uma dieta básica de custo mínimo, porque queremos satisfazer nossos hábitos alimentares, nossas vontades, nossos prazeres”.

A partir dessa percepção de complexidade, o Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS) é garantido pela Constituição Federal de 1988, sendo indispensável para a sobrevivência e pré-requisito para a realização de outros direitos. Entretanto, é preciso encarar a contradição entre o sistema alimentar hegemônico e a necessidade de uma alimentação saudável. O sistema alimentar se relaciona com a maneira de produzir, distribuir, comercializar e consumir alimentos, e com todas as repercussões dessas etapas. Assim, ao se falar do sistema alimentar hegemônico, parte-se do atual cenário dominado pela valorização excessiva do lucro sobre os direitos, centralizando este sistema como causa das mudanças climáticas, pandemias, obesidade e desnutrição, globalmente (Swinburn *et al.*, 2019).

Atualmente, o agronegócio e as multinacionais alimentícias dominam o mercado alimentar brasileiro, quando, em contrapartida, mais da metade da população vivencia alguma faceta da fome⁶. Uma vez que essa contradição está posta e sendo paulatinamente reforçada, a sociedade civil se mobiliza para fazer pressão em direção contrária. Movimentos sociais sensibilizam ações em todo o país, buscando reduzir as desigualdades e atuar em prol da alimentação adequada para todos. Um fator importante dessas mobilizações está no fato de incidirem sobre o sistema alimentar local, o qual aborda os indicadores de produção, distribuição, comercialização e consumo de alimentos em um território específico, o que permite relacionar cenários macro com realidades específicas.

⁵ Isso porque, de acordo com o autor, o ser humano se “alimenta de comida socialmente produzida desde o momento de sua obtenção” (p.125).

⁶No Brasil, 55,1% da população está em algum nível de insegurança alimentar e nutricional (IAN), sendo que 19 milhões de brasileiros a experienciam da forma mais grave (Rede PENSSAN, 2022).

A mobilização coletiva para o combate à fome se dá por diversos meios, sendo a constituição de cozinhas solidárias importante para o fornecimento de refeições gratuitas à população mais vulnerável. Assim, vários coletivos, organizações e movimentos fortalecem espaços como esses para ampliar sua atuação. No caso do Movimento dos Trabalhadores Sem-Teto (MTST), a pandemia de covid-19 foi um catalisador para a criação das Cozinhas Solidárias (CS), um projeto de distribuição de refeições completas e balanceadas nas periferias do país, além de abraçar a iniciativa do cultivo de hortas urbanas comunitárias (MTST, 2021). Em 2024, já existem 54 Cozinhas Solidárias do MTST espalhadas pelo Brasil – sendo duas delas no Distrito Federal (Sol Nascente e Planaltina) –, que foram implementadas pela mobilização social e pela participação em editais públicos de financiamento, por bases verdadeiramente solidárias (Sordi, 2023a).

Através do reconhecimento da relevância das CS – especialmente durante o período pandêmico – e das mudanças estruturais do governo federal, a partir do ano de 2022, o Programa Cozinha Solidária foi instituído como política pública⁷. Este tem por objetivo fornecer alimentação gratuita e de qualidade à população, especialmente às pessoas em situação de vulnerabilidade social (MDS, 2024b). A mudança de status corrobora o fomento de iniciativas que partem de baixo para cima, valorizando o olhar das comunidades sobre elas mesmas e financiando suas formas de resolução das problemáticas.

Esta dissertação direciona o olhar para a Cozinha Solidária do MTST do Sol Nascente, uma comunidade periférica do Distrito Federal (DF), a partir das seguintes perguntas: como a comunidade local do Sol Nascente percebe a Cozinha Solidária em seu território? Como a alimentação servida é percebida? Qual é a relação das cozinheiras com esse espaço e como elas percebem a Cozinha Solidária dentro da comunidade? Como as agricultoras e os agricultores que fornecem alimentos para a Cozinha Solidária percebem esse espaço em relação ao combate à fome e à garantia da segurança alimentar? De quais maneiras a Cozinha Solidária se insere na resistência ao atual sistema alimentar hegemônico? E como esse projeto ressignifica conexões entre o campo e a cidade a partir da conexão entre os movimentos sociais?

Este espaço, atualmente, além do fornecimento de refeições, atua em outras frentes, organizando-se por meio de brigadas⁸, a exemplo das de educação, saúde e horta. Em

⁷ Instituído pela Lei nº14.628/2023 e regulamentado pelo Decreto nº11.937/2024.

⁸ As brigadas são como grupos de trabalho que se organizam tematicamente (como saúde, educação e horta) para realizar ações junto à população.

coletivo, as brigadas propõem ações com a comunidade, a partir de suas especificidades, como rodas de mulheres, mutirões na horta e reforço escolar para as crianças⁹.

Ao entender que as pessoas envolvidas em um projeto o caracterizam e transformam integralmente, este trabalho busca compreender suas significações no sentido de atuar em um cenário de insegurança alimentar e nutricional. Para isso, a dissertação tem como objetivo geral analisar percepções de atores sobre a Cozinha Solidária do Sol Nascente e sua contribuição para a garantia da soberania e segurança alimentar e nutricional (SSAN) no Distrito Federal.

Os objetivos específicos são: (a) caracterizar atores envolvidos no projeto da Cozinha Solidária do MTST no Sol Nascente, bem como a própria cozinha, a partir das características da comunidade; (b) sistematizar percepções e significados da Cozinha Solidária da comunidade do Sol Nascente, relacionando-os entre si; (c) relacionar percepções encontradas com as características do sistema alimentar local e com o combate à fome. Para alcançar esses objetivos, foram selecionados três grupos a partir dos atores envolvidos identificados: as cozinheiras, as mães das crianças que frequentam o reforço escolar (que representam a comunidade local) e agricultores(as) do assentamento rural Canaã, do Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST), principais fornecedores(as) de alimentos da CS.

Inicialmente, esta pesquisa se propunha a estudar as percepções de atores envolvidos com a Cozinha Solidária, sem um recorte específico de gênero. Porém, ao longo da aproximação prática e teórica, foi-se tomando um caminho sem volta: as protagonistas da existência e manutenção daquele espaço eram, em sua maioria, mulheres. Claramente, também existem muitos homens que fortalecem e participam do projeto das CSs, bem como da construção de uma rede solidária e sustentável de alimentação; entretanto, percebeu-se a relevância de construir narrativas das mulheres envolvidas nos processos da CS.

Metodologicamente, foi realizada uma primeira aproximação e uma longa pesquisa exploratória¹⁰, o que permitiu que a segunda etapa de coleta de dados se desse de maneira mais tranquila e aberta, possibilitando a melhor compreensão e análise dos dados obtidos. Dessa forma, compuseram a metodologia: registros em diário de campo, entrevistas realizadas a partir de roteiros semiestruturados, baseados na metodologia da história oral; bem como revisão bibliográfica realizada ao longo da pesquisa.

⁹ Intitulada “escolinha formigueiro”, o reforço funciona diariamente e atende crianças da comunidade do Sol Nascente no contraturno escolar.

¹⁰ Foram seis meses de visitas, sendo o primeiro mês de visitas semanais e depois esporádicas, esta etapa será detalhada no capítulo metodológico.

Como o tema proposto relaciona conceituações complexas e interdisciplinares, utilizou-se, como instrumento de construção teórica, um conjunto de autoras e autores de diversos campos do conhecimento (a exemplo da nutrição, da antropologia, das ciências políticas e de áreas interdisciplinares), possibilitando uma reflexão transversal e crítica. Para tanto, a presente dissertação busca dialogar com trabalhos clássicos, como os de Josué de Castro, bem como com produções atuais e documentos oficiais de instituições públicas, a exemplo do Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome (MDS) e do Ministério da Saúde (M. Saúde), confrontando as ideias e resultados propostos com as análises feitas localmente na Cozinha Solidária e com os atores que engrenam seu funcionamento.

Um dos aspectos mais desiguais e urgentes pelos quais a insegurança alimentar e nutricional (IAN) se traduz é a fome, que Josué de Castro, em *Geografia da Fome* (1984), já apontava ser um fenômeno social, determinado por fatores políticos e econômicos, pela maneira como um país é conduzido. Assim, políticas nacionais de segurança alimentar e nutricional (SAN) devem estruturar o combate à fome de maneira permanente. Entretanto, a ideia de “menos Estado”, associada a interpretações neoliberais que simplificam problemas, acaba por salientar a formulação e a implementação de políticas públicas de caráter pontual, focadas nas consequências mais visíveis.

Nesse enquadramento, políticas e programas orientados e voltados à perspectiva de garantia de direitos sociais são constantemente ameaçados e desmantelados. Gomes (2015) elucida que o enredado de problemáticas de situações de pobreza e miséria, adicionado a uma compreensão social de menos Estado e de meritocracia, tem contribuído para que conceituações tomadas como guia de desenvolvimento dos programas de enfrentamento a esses problemas “sejam empregados a partir de significados que dão conta dos aspectos urgentes do assunto, por vezes deixando escapar o principal” (Gomes, 2015, p. 43).

Nesse cenário, o MTST vem se mostrando atuante não só na luta por moradia digna, mas também no combate à fome, por meio das Cozinhas Solidárias. O projeto está ganhando reconhecimento nacional e demonstrando eficiência em suas ações, como se pretende apresentar ao longo desta dissertação. Além disso, em diversos ambientes de debate acadêmico e institucional, as Cozinhas Solidárias estão ganhando espaço de destaque, como um projeto que deve ser ampliado e valorizado pela sociedade civil e pelo governo.

Assim, o presente trabalho se justifica diante de uma perspectiva globalizada de importância máxima do setor econômico; da escalada de ideais neoliberais no Brasil; e da resistência e ação da sociedade civil para o fortalecimento de políticas públicas sociais.

Ademais, a partir da atuação de movimentos sociais na promoção da soberania e segurança alimentar e nutricional, as Cozinhas Solidárias se destacam. Dessa forma, reverberar as percepções de pessoas envolvidas com esses espaços estimula seu reconhecimento e põe à tona realidades periféricas fundamentais para o entendimento dos sistemas alimentares nacionais.

As Cozinhas Solidárias estão se fortalecendo pelo país. Por serem um projeto recente e que ganhou a condição de política pública, apresentam um vasto campo de estudo, principalmente pelo fato de cada território no qual a cozinha se instala apresentar especificidades, com potencialidades e desafios a serem explorados. Dessa forma, constituem um objeto de estudo socialmente relevante, recente, pouco explorado e que, na prática, parece estar trazendo resultados positivos para as populações e comunidades, bem como para aqueles envolvidos na continuidade do projeto.

Analisar como diferentes atores percebem a CS do Sol Nascente pode possibilitar a ampliação da perspectiva de importância desse espaço para a comunidade local, para além de seu delineamento inicial. Isso é positivo tanto para a difusão de espaços como esse no território do DF quanto para a possibilidade de ampliação da análise em nível nacional.

A proposta também se relaciona com os objetivos do Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural da Universidade de Brasília, uma vez que ressalta conexões entre o rural e o urbano por meio de um sistema de produção, escoamento, preparação e distribuição dos alimentos que foge da hegemonia neoliberal. A transformação do alimento saudável em comida de verdade fecha um ciclo virtuoso e possibilita a ampliação da soberania e da segurança alimentar e nutricional da comunidade. Assim, as Cozinhas Solidárias constituem um elo entre o que é produzido no campo e a população em situação de vulnerabilidade, quebrando o vínculo mercadológico da alimentação e possibilitando que um dos aspectos mais urgentes da dignidade seja suprido.

A dissertação está dividida em quatro capítulos.

Capítulo 1 – A Cozinha Solidária: elo de lutas, lugar de resistência – Este capítulo é composto pela caracterização do território do Sol Nascente, construída a partir da pesquisa exploratória e bibliográfica, com enfoque em suas mudanças recentes e no cenário de insegurança alimentar e nutricional da comunidade. Também relaciona os aspectos citados com a escolha da Cozinha Solidária como *locus* de análise e retrata o histórico desse projeto, nacional e localmente, até sua chegada ao Sol Nascente. Ademais, para qualificar o debate ao longo do texto, aborda a definição de segurança alimentar e nutricional (SAN) e sua construção teórica e legal nas últimas décadas, bem como sua conexão com o direito humano

à alimentação adequada e saudável (DHAAS); o cenário neoliberal crescente na América Latina e no Brasil, suas imbricações com a fome e a crise alimentar; e a soberania alimentar e nutricional e sua relevância para compreender a atuação dos movimentos sociais aqui debatidos.

Capítulo 2 – Metodologia da pesquisa e caminhos da pesquisadora – Este capítulo apresenta a metodologia aplicada na pesquisa, por meio das técnicas e da sequência dos instrumentos utilizados com a amostra de atores identificados e escolhidos por sua proximidade com o local e com a temática (as cozinheiras, as mães de crianças que frequentam o reforço escolar e as agricultoras fornecedoras de alimentos). Além disso, aporta uma descrição etnográfica desenvolvida ao longo da pesquisa exploratória, mostrando, por meio do olhar da pesquisadora, as características do território, das pessoas e da alimentação, construídas a partir da observação de um dia de almoço na Cozinha.

Capítulo 3 – Mulheres que protagonizam o combate à fome – Relata as trajetórias de vida e os caminhos percorridos pelas entrevistadas (três cozinheiras/coordenadoras da CS, duas agricultoras do assentamento Canaã e duas mães), além de suas conexões com a alimentação e o fomento de um projeto de sistema alimentar saudável e justo. A partir deste capítulo, são ressaltadas as primeiras reverberações de conexão entre as entrevistas, refletindo nas categorias de análise da pesquisa, por meio de pontes construídas entre a cidade e o campo, protagonizadas por mulheres na luta pela garantia de todos os direitos.

Capítulo 4 – A alimentação como fio condutor de novos futuros possíveis – Este é o capítulo de análise de dados. Para isso, o apanhado teórico abordado anteriormente serve de base, relacionando-se às categorias identificadas, o que subsidia a parte analítica da pesquisa e o aprofundamento do espaço em estudo. Assim, as reflexões se conectam com referenciais teóricos acerca dos movimentos sociais no Brasil, em especial o MTST e o MST, bem como aprofundam o histórico do movimento social (MS) e suas relações com a Cozinha Solidária; a agroecologia como ciência, prática e movimento; a construção do território periférico; e a cozinha, o ato de cozinhar e suas relações com o “ser mulher”. Essa formação se constrói a partir da existência do projeto da Cozinha Solidária e de sua centralidade nesta pesquisa.

Para iniciar a reflexão deste trabalho, é importante lembrar que o combate à fome não é sinônimo de promoção da segurança alimentar e nutricional, nem da garantia do DHAA, mas talvez seja o passo mais importante para a conquista da dignidade, da soberania alimentar e do poder popular, a partir do qual se possibilita a luta e a conquista de outras necessidades e direitos. É preciso estar de barriga cheia para resistir e, nisso, as Cozinhas Solidárias atuam precisamente.

Como disse Carolina Maria de Jesus, em Quarto de Despejo:

Que efeito surpreendente faz a comida no nosso organismo! Eu que antes de comer via o céu, as árvores, as aves, tudo amarelo, depois que comi, tudo normalizou-se aos meus olhos. A comida no estômago é como combustível nas máquinas. Passei a trabalhar mais depressa. Meu corpo deixou de pesar. [...] Eu tinha a impressão que eu deslizava no espaço. Comecei a sorrir como se eu estivesse presenciando um lindo espetáculo. E haverá espetáculo mais lindo do que ter o que comer? (Jesus, 2007, p.46).

1 COZINHAS SOLIDÁRIAS: ELO DE LUTAS, LUGAR DE RESISTÊNCIA

Para iniciar a construção desta pesquisa, este capítulo caracteriza o território do Sol Nascente e o projeto das Cozinhas Solidárias, a partir do cenário de insegurança alimentar e nutricional (no DF, no Brasil e na América Latina), bem como o retrata como realidade de um território periférico. Ademais, para qualificar o debate, é abordada a definição de segurança alimentar e nutricional (SAN), a partir da construção de seu escopo legal no país, bem como sua conexão com o DHAAS e a soberania alimentar. Por fim, apresenta-se a metodologia aplicada na pesquisa.

1.1Do povo para o povo: o território e o projeto das Cozinhas Solidárias

Primeiramente, para caracterizar o território do Sol Nascente e a Cozinha Solidária nele presente, é importante conceituar o que está sendo entendido como território. O conceito de território ultrapassa a noção restrita de espaço físico ou delimitação geográfica, podendo ser compreendido como uma construção social e política, produzida por dinâmicas históricas, culturais e afetivas. Segundo Santos (1996), o território é composto não apenas pela materialidade do espaço, mas também pelos sistemas de ações que o tornam dinâmico e significativo. Isso dialoga com Massey (2008, p. 90), que revela que o espaço é “uma simultaneidade de histórias-até-então”e, portanto, é a coleção dessas histórias, caracterizando-se tanto por esse acúmulo quanto pelos não-encontros, desconexões e exclusões.

A formação do território é uma construção social e um discurso vivenciado; trata-se de um espaço vivido e experienciado pelos sujeitos, onde se constroem identidades, se expressam relações de poder e se produzem sentidos de pertencimento, numa lógica contínua de movimento e transformação. Haesbaert (2004) aprofunda essa perspectiva ao introduzir o conceito de “multiterritorialidade”, evidenciando que os sujeitos ocupam, de forma simultânea, múltiplos territórios, tanto materiais quanto simbólicos, que se interconectam, se sobrepõem e influenciam reciprocamente suas experiências e formas de pertencimento. Assim, o território é simbólico e relacional, atravessado por afetos, memórias e práticas. É um *locus* de produção de vida, de disputas e de resistências cotidianas.

A partir de uma conceituação que compreende os diversos aspectos do território, entende-se que o movimento social pode promover a transformação do mesmo. Nesse sentido, Governa (2005) aponta que a territorialidade advém da ação coletiva de governança, configurando-se como uma dimensão ativa e participativa no processo de desenvolvimento local, cuja dinâmica se constrói a partir da base. Assim, o MTST, ao materializar uma Cozinha Solidária no Sol Nascente, transforma o território e também é transformado por ele.

1.1.1O Sol Nascente e o cenário de insegurança alimentar e nutricional

Vive-se em uma nova era geológica, caracterizada pelo impacto do ser humano na Terra: o Antropoceno (Alves, 2022). Esta se traduz em um sistema globalmente desigual e reflete na conformação dos espaços rurais e urbanos. As últimas décadas foram marcadas pelo acelerado crescimento das cidades, correlacionado com as mudanças climáticas. Atualmente, 80% da população da América Latina vive em cidades, o que a torna a região mais urbanizada do planeta (Ghisleni, 2023).

O crescimento dessas cidades, via de regra, ocorre de maneira acelerada, invadindo espaços anteriormente ocupados por atividades não urbanas. Esse processo acarreta transformações no uso do solo, nas infraestruturas e nos serviços, na paisagem rural e no estilo de vida dos habitantes. É inevitável levar o debate acerca do território à busca do entendimento do que seria um território rural e do que o diferenciaria de um urbano. Souza e Klein (2019) dialogam com Queiroz (1979) e apresentam o processo de entendimento do rural e do urbano por uma perspectiva dicotômica. Esses autores refletem sobre o processo de industrialização ocorrido no cenário europeu e sobre a transformação do “gênero de vida urbano”, o qual se difundiu pelo mundo antes mesmo da industrialização em si.

Ou seja, o estilo de vida “citadino” começou a repercutir em outros países, como no Brasil, gerando mudanças nas relações entre campo e cidade. “Assim, enquanto a cidade ganha prestígio e status, o campo passa a ser visto como um lugar atrasado, isolado e decadente” (Souza; Klein, 2019). A funcionalidade da cidade transformou-se precisamente por ser um espaço socialmente produzido.

Essa imagem de “duas realidades” brasileiras – uma rural e outra urbana – como opostas, muitas vezes ainda se mantém. Entretanto, nenhuma dessas realidades é homogênea, tampouco suas atividades econômicas, classes sociais ou modos de vida. Na realidade, os atributos dominantes são “a diversidade, a heterogeneidade, contribuindo para fronteiras imprecisas entre o rural e o urbano” (Veiga, 2005).

Assim, percebe-se que as fronteiras entre esses espaços são frágeis e se dissolvem no rural, criando espaços com características mistas. A partir dessas realidades modificadas, classificam-se territórios rururbanos ou periurbanos, os quais apresentam alterações em suas funções e adotam características urbanas (Escobar; González; Quintero, 2018).

A conexão com o território traz à tona a exclusão dos cidadãos de outros direitos sociais básicos e deve ser articulada coletivamente pelos governos federal, estaduais e municipais, bem como pela sociedade em geral (Melo *et al.*, 2016). Nesse contexto, a disponibilidade e a qualidade da alimentação ficam em xeque, pois, além de territorializada, a

fome não é um fenômeno da natureza, mas sim um processo de (des)construção social – uma “praga feita pelo homem” (Castro, 1984). A fome estrutural “não provém de uma catástrofe externa, mas é inerente às estruturas da sociedade” (Ziegler, 2012, p. 32).

A crise alimentar está posta e é pungente; seus efeitos principais e imediatos se apresentam entre os países subdesenvolvidos e em desenvolvimento e, nestes, entre os mais pobres. A América Latina e o Caribe enfrentam desafios notáveis para erradicar a fome e a desnutrição em todas as suas formas. Em 2022, 40% da população enfrentava algum nível de insegurança alimentar (FAO, 2022). As conjunturas de Insegurança Alimentar e Nutricional (IAN) podem ser constatadas a partir da “fome, obesidade, doenças associadas à alimentação inadequada, consumo de alimentos de qualidade duvidosa ou prejudicial à saúde, estrutura de produção de alimentos predatória em relação ao ambiente, bens essenciais com preços abusivos e imposição de padrões alimentares que não respeitem a diversidade cultural” (Brasil, 2006, p. 4).

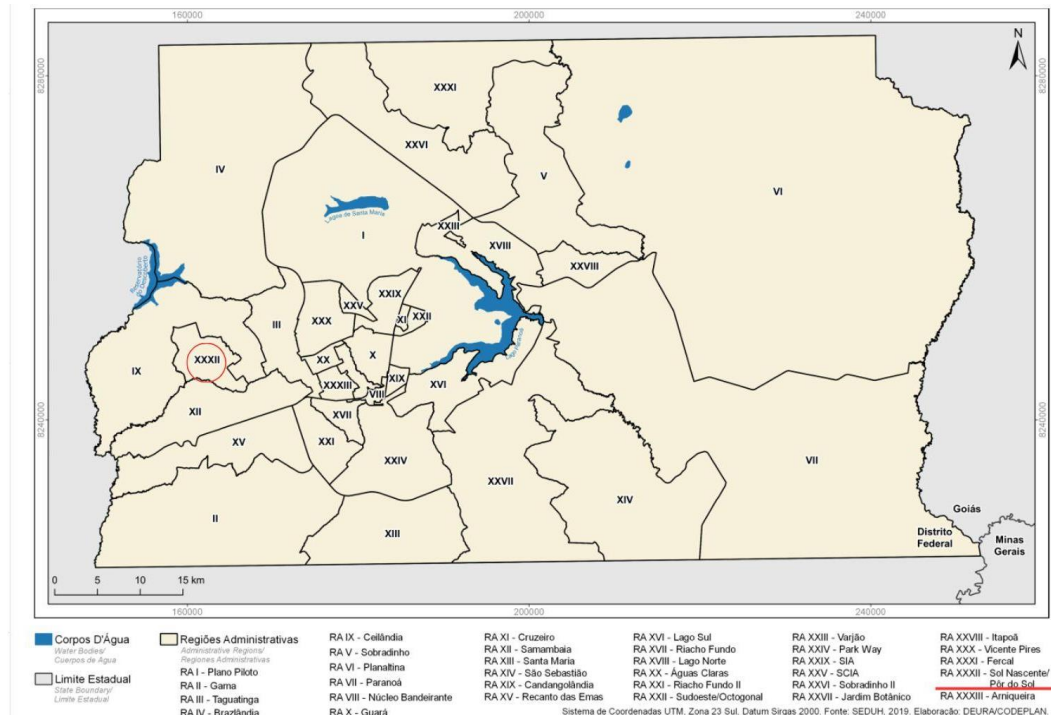
Veltmeyer e Lau (2018) apontam que a América Latina está passando por um processo de desenvolvimento-resistência, por se encontrar submersa em um cenário capitalista que, ao mesmo tempo, gera o desenvolvimento das forças produtivas e altera as relações sociais, percebidas na forma de resistência. Os autores destacam que essas resistências, caracterizadas pelo ativismo e pela luta dos movimentos sociais, buscam sociedades mais justas e a construção do ‘bem viver’.

Ainda sobre o cenário latino-americano, percebe-se o colonialismo, que se repagina, mas continua presente. A partir disso, as vivências daqui não são – e não podem ser – verdadeiramente compreendidas pelo colonizador e, quando o são, comunicam apenas os exotismos formais que vulgarizam problemas sociais; o paternalismo é a forma de compreensão da linguagem latina de sofrimento (Rocha, 2013). Ainda sob essa ótica, Rocha (2013, p. 2) afirma: “a fome é latina, por isso, não é somente alarmante: é o nervo de sua própria sociedade [...] nossa originalidade é a nossa fome e nossa maior miséria é que esta fome, sendo sentida, não é compreendida”.

No cenário latino-americano e brasileiro, Brasília-DF é uma cidade nova, com características diferenciadas das demais cidades do país. Sua construção foi planejada para um número muito menor de pessoas do que as que de fato a habitam, o que gerou uma expansão da cidade para os arredores – processo permeado por desigualdades e injustiças. Atualmente, o Distrito Federal é composto por 35 regiões administrativas, sendo o Sol Nascente e Pôr do Sol, foco deste estudo, a 32ª a ser reconhecida, um território com inúmeras especificidades. A seguir, na **Figura 1**, encontra-se um mapa dos limites territoriais das Regiões Administrativas

do DF; nele, pode-se localizar a RA do Sol Nascente, bem como assimilar sua distância do centro da cidade (a RA I – Plano Piloto).

Figura 1– Mapa das Regiões Administrativas (RA) do Distrito Federal, em vermelho está marcada a localização da RA Sol Nascente/Pôr do Sol

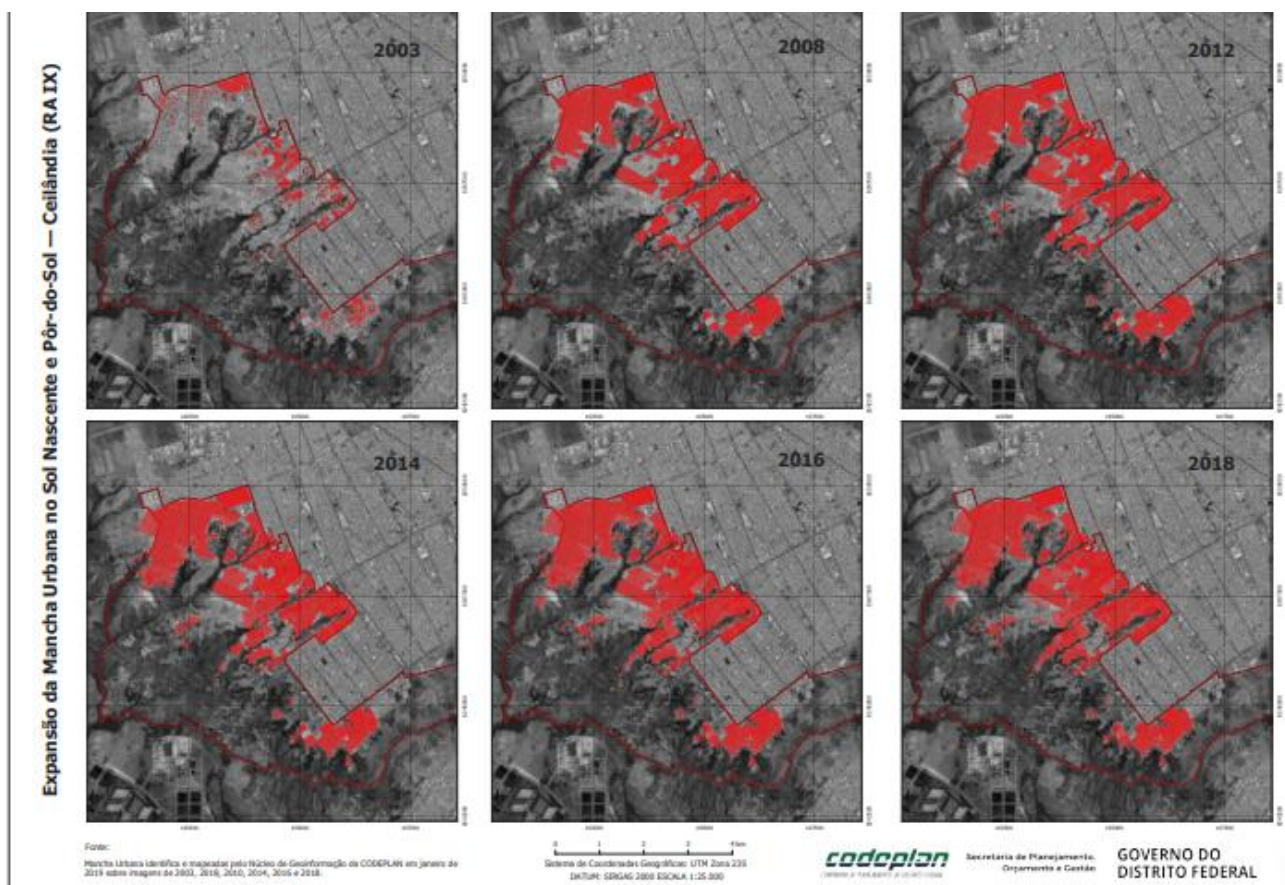


Fonte: DEURA/CODEPLAN, 2020. Editado pela autora em 2024.

Na **Figura 2**, pode-se observar a expansão da mancha urbana na região, a qual já se ampliou ainda mais. Essa expansão ocorreu, e continua ocorrendo, sobre um território rural, o qual ainda se mescla com a cidade. Vale ressaltar que a Região Administrativa em questão era anexa à RA Ceilândia até o ano de 2019, ou seja, apenas nos últimos cinco anos a região passou a receber recursos próprios para a administração de seu território e de suas necessidades.

Além disso, a RA é composta por dois setores habitacionais distintos: o Sol Nascente e o Pôr do Sol. As manchas urbanas desses setores não se tocam, mas estão conurbadas com a de Ceilândia (Administração Regional do Sol Nascente, 2024). Atualmente, essa RA é dividida em quatro regiões: Trecho 1, Trecho 2, Trecho 3 e Pôr do Sol. Para esta pesquisa, a região será referida apenas como “Sol Nascente”, visto que a Cozinha Solidária está localizada no Trecho 2 e as descrições presentes não incluem a área territorial do Pôr do Sol.

Figura 2– Mancha Urbana Ceilândia.



Fonte: Mancha Urbana identificada e mapeada pelo Núcleo de Geoinformação da CODEPLAN em janeiro de 2019 sobre imagens de 2003, 2010, 2014, 2016 e 2018.

A partir da pesquisa exploratória iniciada em setembro de 2023, percebeu-se que o território do Sol Nascente é bastante diverso. Suas ruas principais apresentam asfalto, e é possível identificar a presença de equipamentos públicos, como unidade básica de saúde (UBS), escola classe e restaurante comunitário, além de comércio local. Entretanto, ao adentrar na comunidade, evidenciam-se diversas ruas estreitas, não asfaltadas, com crateras abertas no chão. Nessas mesmas ruas, é comum que as casas não apresentem identificação, ou que esta seja feita por meio de placas de papelão ou madeira, utilizadas para orientar os habitantes locais.

De acordo com o relato de uma enfermeira da UBS local, o território está em constante crescimento. Assim, quando a equipe de saúde sai para as visitas periódicas, frequentemente já há novas ocupações. A partir desse cenário, em muitas localidades do Sol Nascente é possível reconhecer espaços com características rurais, como a presença de animais – vacas,

cavalos, porcos e galinhas – nas ruas e nos terrenos, bem como propriedades dedicadas à agricultura de pequeno porte.

Para uma das cozinheiras, liderança e responsável pela horta comunitária¹¹, suas habilidades com a construção da horta vieram de sua experiência no campo. Ela viveu da infância até o início da vida adulta em uma zona rural no sul do país, onde estabeleceu forte contato com o cultivo de alimentos. Entretanto, ela costuma comentar que só agora se sente completa com a plantação dos alimentos, porque *“é muito melhor plantar as coisas para nós mesmos, antes eu trabalhava muito e era para os outros, milho e feijão para os outros, agora eu planto de tudo, só que para mim e para minha comunidade”* (Registro de fala de Jô, cozinheira da CS, anotado em diário de campo durante a parte inicial da pesquisa. Ela será apresentada ao longo da dissertação).

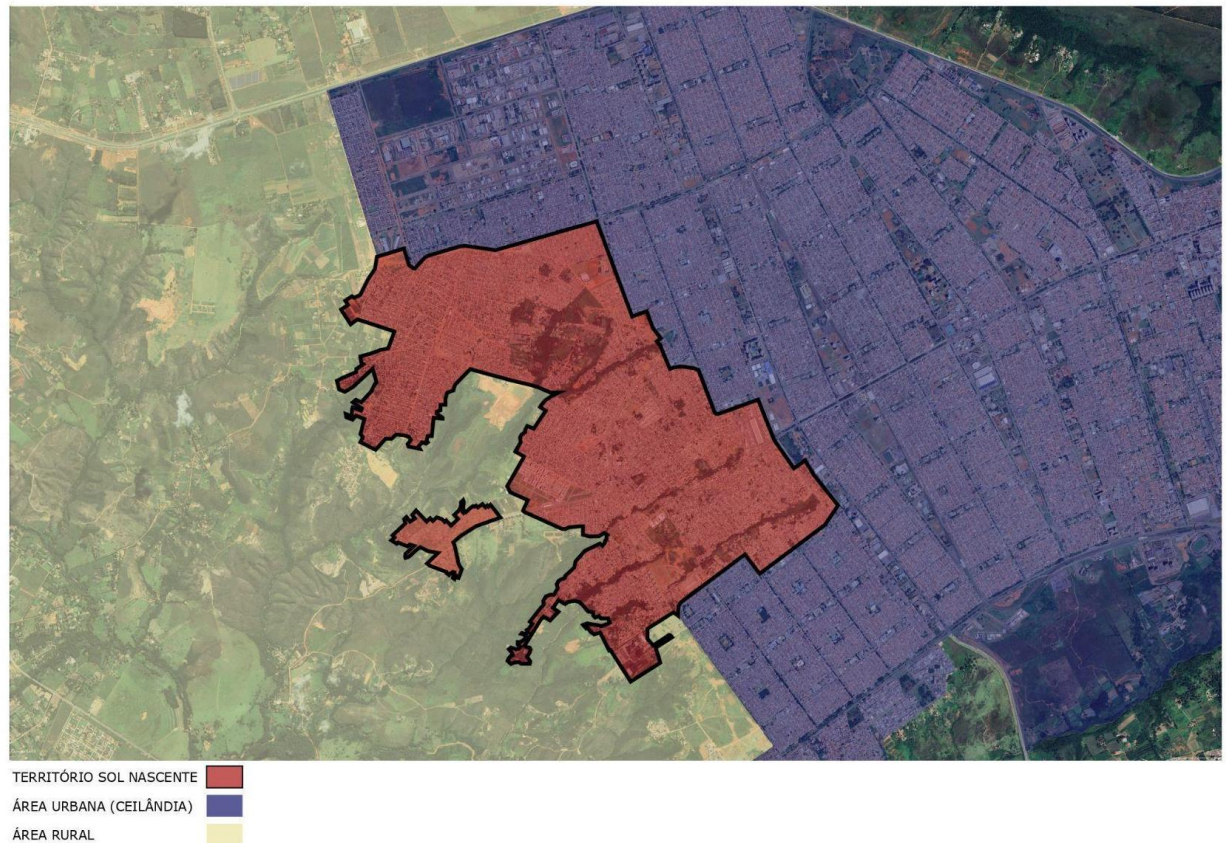
Essa permanência de características rurais em meio ao território urbano pode ser explicada pela expansão voraz da cidade e de seu estilo de vida sobre uma área que, até a década de 1990, era considerada rural, composta apenas por chácaras e espaços amplamente inabitados (Administração Regional do Sol Nascente, 2024). Nesse período, começaram a ocorrer fracionamentos irregulares de terrenos, gerando o crescimento desordenado do local, que por muitos anos conviveu com condições mínimas de infraestrutura (Administração Regional do Sol Nascente, 2024).

Apesar da identificação de características rurais no dia a dia da comunidade, especialmente nas proximidades da Cozinha Solidária, a Região Administrativa do Sol Nascente/Pôr do Sol é definida como área urbana pelo governo do Distrito Federal. Assim, a realidade dessa comunidade reflete o histórico de muitas periferias brasileiras. Na **Figura 3**, é possível visualizar a localização do território do Sol Nascente e sua fronteira, tanto com um espaço extremamente urbanizado (a RA Ceilândia, uma das maiores e mais populosas do DF) quanto com um espaço rural.

A forma como se produz uma espacialidade, seja ela pontual ou de grande escala, gera consequências, positivas ou negativas (Sousa; Veloso, 2023). Assim, a construção do território periférico, sob as perspectivas urbanística e política, reflete em consequências diárias para a população, a partir de uma conformação social de exclusão e desigualdade, especialmente no Distrito Federal. A população desses territórios é isolada de espaços verdes, e pouco se planeja para que esse cenário mude.

¹¹Participante da pesquisa. A mesma será apresentada ao longo da dissertação.

Figura 3– Território do Sol Nascente circundado por área urbana (Região Administrativa da Ceilândia) e Área Rural



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Essa convivência em um “ambiente cinza” reflete parte das consequências complexas da manutenção de uma sociedade desigual. Gehl (2010, p. 3) afirma que “as pessoas que ainda utilizam o espaço da cidade são cada vez mais maltratadas”. É quase como se os direitos sociais fossem sendo vetados à medida que se afasta do centro da cidade e, concomitantemente, menos verde se vê. Nesse sentido, nas **Figuras 4 e 5**, pode-se observar a ausência de árvores na área habitacional.

Figura 4– Território da Cozinha Solidária



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

A alimentação não se afasta desse processo dialético; pelo contrário, o ressalta. Assim, é crucial compreender a cidade como um espaço alimentar, sendo sua formação e influências externas fatores determinantes para o acesso a uma alimentação saudável. As localidades com menor densidade de estabelecimentos saudáveis são, também, aquelas onde se concentram os grupos de menor renda (Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional, 2018), caracterizando os chamados desertos alimentares – áreas socioeconomicamente vulneráveis com acesso limitado, ou inexistente, a alimentos saudáveis (Honório *et al.*, 2023).

Existe uma desigualdade geográfica na distribuição dos estabelecimentos de alimentos e nos tipos de produtos que são comercializados (IDEC, 2019). Essa realidade expõe as comunidades periféricas aos alimentos ultraprocessados e as obriga a se locomover para acessar alimentos saudáveis. Esse cenário caracteriza-se pelos desertos e pântanos alimentares, sendo o primeiro definido como “locais onde o acesso a alimentos in natura ou minimamente processados é escasso ou impossível”. Já os pântanos são “locais em que predomina a venda de produtos altamente calóricos com poucos nutrientes, como no caso das redes de *fast food* e lojas de conveniência” (IDEC, 2019).¹²

¹²De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014), os alimentos podem ser *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados (upp). A recomendação é de basear a alimentação nos dois primeiros e evitar os dois últimos – especialmente os upp. Este assunto será aprofundado no capítulo 3.

O Sol Nascente se encaixa em ambas as categorias. A feira mais próxima, de acordo com as entrevistadas desta pesquisa, é a Feira do Produtor, localizada em Ceilândia, a aproximadamente 15 quilômetros de distância do Trecho 2, onde se encontra a Cozinha Solidária. Além disso, predominam os atacarejos de grandes redes para as compras mensais dos moradores, e os pequenos comércios raramente oferecem opções saudáveis para compra¹³.

Em 2021, a Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios (PDAD) coletou informações sobre a situação da segurança alimentar e nutricional nos domicílios do DF, demonstrando que a maior prevalência de insegurança alimentar está associada à renda familiar; a domicílios com configurações do tipo arranjo monoparental feminino; a domicílios que gastam mais de 30% da renda domiciliar com aluguel; e também à raça-cor, sendo as mulheres negras as mais atingidas. Ou seja, mais uma vez, a periferia está no foco da IAN, formando verdadeiros bolsões de insegurança alimentar e nutricional.

Com esse cenário em vista, o Distrito Federal conta com duas Cozinhas Solidárias do MTST: uma no Sol Nascente e outra em Planaltina-DF. A primeira Região Administrativa (RA) abordada neste estudo é considerada uma das maiores favelas do país em termos populacionais, sendo superada apenas pela Rocinha, no Rio de Janeiro (IBGE, 2022). Localizada a 35 km do Plano Piloto, possui 32.081 residências e segue em processo de crescimento (IBGE, 2022). De acordo com a CODEPLAN, em 2018, a renda per capita da RA era de R\$ 642,13, representando praticamente metade de um salário mínimo. Além disso, a comunidade local convive com diversos problemas sociais e de infraestrutura.

A CS do Sol Nascente está localizada em uma quadra urbanizada, com lotes já titulados para 108 famílias. A cozinha possui três coordenadoras (duas locais e uma estadual)¹⁴ e dois coordenadores nacionais que viabilizam seu funcionamento cinco dias por semana, servindo refeições gratuitas a uma média de 120 pessoas diariamente. Além disso, a CS constitui um espaço físico para a organização das brigadas de atuação do MTST, como as brigadas de horta, de educação e de saúde, que realizam suas atividades no local.

A localização da CS é estratégica, tendo em vista o cenário de atuação do MTST no território, associado às injustiças enfrentadas pela comunidade local. De acordo com a Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios (PDAD) de 2021, a Região Administrativa do

¹³Vale ressaltar a importância da presença de equipamentos sociais nesses ambientes, o que é o caso do trecho 2 do Sol Nascente, o qual conta com um Restaurante Popular, como é visto na Figura 4.

¹⁴Estas também são as cozinheiras que participaram da pesquisa.

SolNascente/Pôr do Sol é a que apresenta o maior nível de Insegurança Alimentar (IAN) do Distrito Federal, com 12,7% da população em IA grave e 49,8% em algum nível de IAN.

Figura 5– Localização da Cozinha Solidária no território do Sol Nascente



LOCALIZAÇÃO DA COZINHA SOLIDÁRIA NO TERRITÓRIO DO SOL NASCENTE

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Acerca dos usuários da CS, um estudo sobre o perfil demográfico e socioeconômico, realizado por Madruga *et al.* (2023), apontou que 82,4% pertencem à faixa de renda familiar de até um salário mínimo, sendo que a maioria é beneficiária de algum programa do governo (Auxílio Brasil, DF Social, Vale Gás, DF Escola, Prato Cheio, Cartão Escola, etc.). Mais de 80% dos entrevistados não estavam trabalhando na época das entrevistas. Destes, 61% foram considerados “usuários frequentes”, realizando o almoço cinco vezes por semana na cozinha. Além disso, o perfil das pessoas que se beneficiam da CS reflete o cenário de inequidade no acesso a direitos no país, sendo as mulheres negras, com menor renda familiar, desempregadas, que convivem com mais pessoas no domicílio e que dependem de auxílio governamental, o principal alvo do enfraquecimento das políticas sociais (Madruga *et al.*, 2023).

1.1.2O projeto da Cozinha Solidária

Antes de adentrar nas Cozinhas Solidárias em si, vale ressaltar, brevemente, as diferenças entre estas e as cozinhas comunitárias, as cozinhas coletivas e os restaurantes

populares. Para Sordi (2023b), no relatório “Na Cozinha não há só comida”, do Grupo de Trabalho – Subsídios ao Programa Nacional Cozinha Solidária (PNCS)¹⁵, realizado pela Fiocruz:

São experiências que se desenharam em momentos distintos e que convivem com finalidades igualmente distintas, de um lado a organização popular, militantes e voluntários, a cooperação e a solidariedade de classe, de outro, as iniciativas efêmeras e/ou prolongadas, o voluntariado desconectado de organizações coletivas, o trabalho terceirizado e/ou precarizado e, em geral, a desconexão com as comunidades e o sentido político democrático da ação (Sordi, 2023b, p.35-36).

As Cozinhas Comunitárias foram um projeto proposto a partir do Fome Zero, no início dos anos 2000. Entretanto, não apresentaram muita participação popular e perderam seus subsídios a partir de meados da década de 2010. Em 2022, suas atividades se restabeleceram por iniciativa do terceiro setor e costumam apresentar características de filantropia e caridade. Porém, diferenciam-se das Cozinhas Solidárias por se caracterizarem unicamente pela entrega de refeições e por terem uma ação desconectada de movimentos sociais e, consequentemente, difusas, não ampliando as demandas sociais.

As Cozinhas Coletivas precedem o surgimento das Cozinhas Solidárias, no sentido de serem relacionadas aos movimentos sociais e ao campesinato. São as cozinhas dos acampamentos e ocupações e, consequentemente, se constituem como espaço de encontro e organização. Por outro lado, os Restaurantes Comunitários são uma ação do Governo Federal e se estabelecem como espaços que fornecem refeições a valores irrisórios, tendo como um de seus objetivos intervir nos hábitos alimentares da população.

O grande diferencial das Cozinhas Solidárias é o forte componente territorial de organização social e autonomia popular. As Cozinhas Solidárias, de maneira ampla, podem ser encaradas como uma prática social, tanto a partir de uma lógica de engenharia de urgência quanto como um veículo de organização popular territorializada. Assim, sua constituição ocorreu de forma fugaz no cenário brasileiro entre os anos de 2016 e 2022, tornando-se espaços de “vocalização das demandas que deixaram de ser atendidas pelo Estado, e muitas vezes, espaços de criação popular para a solução de problemas cotidianos no nível comunitário e local” (Sordi, 2023b, p. 33).

Nessa perspectiva, o projeto das Cozinhas Solidárias, encabeçado pelo MTST, foi (e é) modelo em nível nacional devido à sua “regularidade, abrangência, constância, capacidade de

¹⁵Vale pontuar que, apesar de no relatório de subsídio citado a política pública das CS ser denominada “Programa Nacional Cozinha Solidária (PNCS)”, a lei nº 14.628/2023 que o institui denomina apenas como “Programa Cozinha Solidária”. Dessa forma, ao longo da dissertação, serão utilizados ambos os termos a depender do que se referencia.

capilarização popular e figuração enquanto tecnologia social.¹⁶” (Sordi, 2023b, p. 33). Atualmente, é caracterizado pelo MTST como de “proporção nacional”, sendo seu foco a distribuição de refeições gratuitas, todos os dias, para quem mais precisa. Entretanto, a pauta da fome e a mobilização por meio das CSs nem sempre foram centrais para o movimento, que surgiu em 1997.

A partir dessas constatações, vale ressaltar que, no Brasil, após o golpe militar em 1964, a mobilização social se intensificou na luta pela democratização do regime político, o que foi fortemente reprimido e gerou, como resposta, duas formas de resistência: a luta armada e o trabalho clandestino de conscientização cívica (Warren, 2007). Na década de 1970, surgem diversos movimentos por lutas específicas, mas com o objetivo de se opor ao autoritarismo estatal (Carvalho, 2004). Desde então, os movimentos sociais vêm se fortalecendo e ampliando, mas, nessa jornada, passam por diversos processos de estereotipização e preconceito, disseminados por meio de meias-verdades ou notícias falsas sobre sua atuação.

Desde o início de sua atuação, o MTST centraliza sua luta por moradia na tática de ocupar terrenos vazios nas periferias urbanas. Contudo, foi em 2015 que o movimento integrou a formação da Frente Povo Sem Medo – organização política voltada à reorganização da esquerda brasileira – ampliando, em âmbito nacional, o debate acerca do direito à moradia digna (Sordi, 2023a). Nos anos seguintes, a pauta da moradia passou a se articular com outras pautas voltadas à garantia de direitos sociais, processo que se intensificou com a candidatura de Guilherme Boulos – coordenador nacional do MTST – à Presidência da República, em 2018. Entretanto, nesse ínterim, teve início um processo de desmonte de programas e políticas sociais, marcado pelo governo Temer e aprofundado com a eleição de Bolsonaro. Diante disso, o movimento passou a perceber o empobrecimento e o adoecimento de suas bases, bem como a modificação das formas de expressão dos trabalhadores para ocuparem as terras, o que dificultou a continuidade e o fortalecimento das atividades de militância.

Concomitantemente, inicia-se um processo de releitura das significações das cozinhas comunitárias das ocupações, as quais sempre desempenharam papel central nas dinâmicas do MTST. Nas entrevistas realizadas com militantes, coordenadoras e cozinheiras do movimento para esta pesquisa, destacou-se uma fala recorrente: “*a primeira coisa que fazemos ao ocupar*

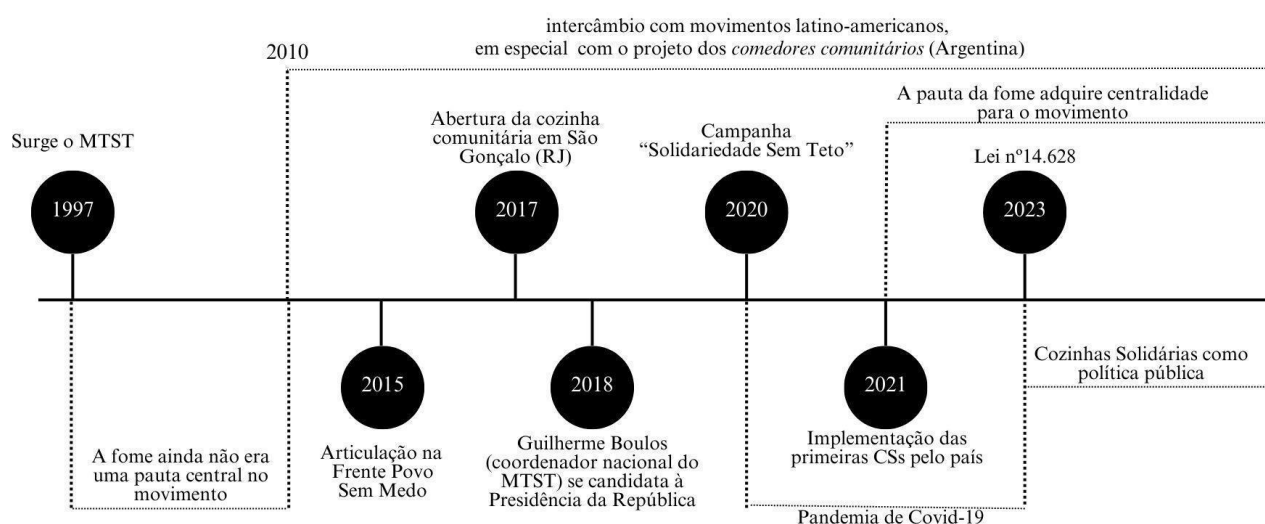
¹⁶“Tecnologia social” é o termo utilizado para a definição das Cozinhas Solidárias na legislação que define o Programa Cozinha Solidária (lei nº14.628/2023), como pode ser observado no Art.14, § 2º “As cozinhas solidárias são tecnologia social de combate à insegurança alimentar e nutricional”. De maneira complementar, de Sordi (2023b) ressalta a utilização dessa denominação pela predominância da experiência prática e aderência às realidades locais, impulsionando processos de empoderamento e representação coletiva da cidadania.

é levantar o barraco da cozinha”. Esse espaço, além de cumprir sua função original de preparo de alimentos, frequentemente se constitui como ambiente para assembleias, articulações e planejamentos das ações de uma ocupação. As cozinhas comunitárias das ocupações funcionam de forma voluntária, com revezamento de tarefas, fomentando vínculos e a construção coletiva de soluções. Assim, identificou-se o potencial de ampliar essa prática e explorar suas múltiplas possibilidades.

Talvez o exemplo mais emblemático dessa transição de perspectiva seja o da Cozinha de São Gonçalo, no Rio de Janeiro, implantada em caráter experimental em 2017. Inserida em um cenário político desafiador, a comunidade local se viu impossibilitada de realizar ocupações na cidade e passou a organizar reuniões para almoços aos domingos, prática que se fortaleceu e, gradualmente, consolidou-se como instrumento de luta política. Durante a pandemia de covid-19, essa experiência foi incorporada como política interna do MTST (Sordi, 2023a).

Na **Figura 6**, apresenta-se uma linha do tempo com os acontecimentos-chave na história das Cozinhas Solidárias do MTST.

Figura 6– Linha do tempo: principais momentos na formação das Cozinhas Solidárias do MTST



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Com a chegada da covid-19 e de suas consequências devastadoras, o MTST organizou-se por meio de um financiamento coletivo para a doação de alimentos em todo o país – a campanha “Solidariedade sem Teto” –, que representou o pontapé inicial para a visualização das Cozinhas Solidárias como um projeto viável. Constatou-se, entretanto, que as

necessidades da população eram maiores e que o movimento poderia ir além. Assim, por decisão política, optou-se por adotar o projeto Cozinhas Solidárias em sua plenitude.

As Cozinhas Solidárias rapidamente deixaram de ser uma iniciativa restrita ao movimento social para se tornarem uma política pública instituída por decreto. Essa transformação pode estar relacionada à agilidade e eficiência do movimento em expandir a iniciativa por todo o país, articulando-se em âmbito nacional e internacional e gerando efeitos positivos nas comunidades onde foi implementada. Ademais, os trágicos impactos da pandemia de covid-19 e o legado negativo deixado pelo governo Bolsonaro nas políticas sociais abriram uma janela de oportunidade, potencializada pela eleição da nova presidência e pela vontade política de determinados partidos.

Nesse contexto, e a partir da experiência exitosa das Cozinhas Solidárias no enfrentamento da situação de catástrofe gerada pela pandemia de covid-19, o projeto ganhou relevância política no cenário nacional, alinhando-se a uma das principais campanhas do governo Lula: retirar o Brasil novamente do Mapa da Fome. O Programa Cozinha Solidária foi instituído pela Lei nº 14.628, de 2023, por meio de uma articulação política que o integrou ao Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). Esse movimento foi conduzido pelo deputado federal Guilherme Boulos, do Partido Socialismo e Liberdade (PSOL), que, na ocasião da aprovação dos programas supracitados, em 12 de junho de 2023, afirmou tratar-se de um marco simbólico na retomada do combate à fome no país. Posteriormente, em 5 de março de 2024, a legislação foi regulamentada pelo Decreto nº 11.937, que dispõe sobre as diretrizes e princípios do Programa Nacional Cozinha Solidária (PNCS), bem como sobre sua operacionalização.

Considerando que a política pública foi construída a partir da luta e das conquistas de movimentos sociais, ela reflete princípios, valores e práticas consolidados no âmbito do MTST e de outras organizações, preservando o diálogo com sua função originária (Sordi, 2023b). Nesse sentido, destacam-se:

O incentivo ao cooperativismo e ao associativismo; o controle social por meio de mecanismos e instrumentos de participação social; a redução das desigualdades sociais; a garantia do Direito Humano à Alimentação; e o apoio ao estabelecimento de redes de abastecimento entre campo e cidade, com a valorização da agricultura familiar (Sordi, 2023b, p. 49).

Conforme o Decreto nº 11.937/2024, em seu art. 2º, o Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome (MDS) é responsável por organizar e estruturar o Programa Cozinhas Solidárias, que “estará articulado com o conjunto de políticas

públicas e iniciativas de organizações da sociedade civil relacionadas à segurança alimentar e nutricional no território” (Brasil, 2024).

Atualmente, o Governo Federal pode oferecer três modalidades de apoio às CSs, sendo elas: apoio à oferta de refeições, cobrindo despesas de custeio, pessoal, manutenção e pequenos investimentos; fornecimento de alimentos *in natura*¹⁷ e minimamente processados¹⁸, provenientes do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA); e apoio à capacitação dos colaboradores/parceiros e à execução de projetos (Brasil, 2024).

Quadro 1– Legislações afetas ao Programa Cozinha Solidária

Legislação	Síntese de seus objetivos
Lei nº14.628/2023	Institui o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) e o Programa Cozinha Solidária
Decreto nº11.937/2024	Regulamenta o Programa Cozinha Solidária
Portaria nº 977/2024	Estabelece regras e procedimentos para o cadastro e habilitação de cozinhas solidárias no âmbito do Programa Cozinha Solidária.
Portaria nº 978/2024	Estabelece regras e procedimentos para o credenciamento de entidades privadas sem fins lucrativos no âmbito do Programa Cozinha Solidária.

Fonte: Produzido pela autora (2024).

De acordo com o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), atualmente estão mapeadas 97 cozinhas solidárias no DF, sendo apenas 17 delas habilitadas. Ou seja, seguem as seguintes condições, estabelecidas no Decreto nº 11.937/2024: funcionamento comprovado por, no mínimo, seis meses; apresentação de registros sobre a frequência de funcionamento; compromisso de adequação aos critérios sanitários locais, asseguradas as boas práticas de manipulação de alimentos; atuação direta com o público em situação de vulnerabilidade e risco social e de insegurança alimentar e nutricional, ou localização em território vulnerabilizado; e compromisso com os princípios e as diretrizes do Programa Cozinha Solidária e da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.

¹⁷Alimentos *in natura* são aqueles obtidos diretamente de plantas ou animais e consumidos sem sofrerem qualquer alteração. São exemplos: as frutas, as hortaliças e as carnes.

¹⁸Alimentos que sofreram alterações mínimas como remoção de partes indesejadas, embalagem, pasteurização, moagem, secagem, resfriamento ou fermentação. São exemplos: arroz, feijão, castanhas e farinha.

Das 17 cozinhas habilitadas, apenas 10 estão listadas como funcionando normalmente. A Cozinha Solidária do MTST do Sol Nascente está habilitada e funcionando normalmente.

É importante ressaltar que o Programa Cozinha Solidária é recente e que ainda não é possível avaliar com clareza os impactos sobre a realidade das cozinhas espalhadas pelo Brasil, em especial a CS do Sol Nascente, acompanhada de perto. O programa nacional foi um passo importante do Governo Federal no sentido de valorizar iniciativas sociais pensadas pela população; entretanto, vale ressaltar que as CS são muito mais do que a alimentação servida: são um verdadeiro espaço de comunhão e luta por direitos e, nesse sentido, teme-se que o programa nacional não contemple esse viés fundamental das Cozinhas Solidárias, uma vez que a luta de um movimento não consegue se traduzir em artigos práticos e monitoráveis de uma legislação. Tendo isso posto, é fundamental a vigilância constante do movimento e da comunidade sobre o dia a dia dos espaços, bem como a incidência ativa sobre suas atividades, a fim de garantir que a CS não se transforme em um projeto meramente assistencialista.

Ademais, é fundamental frisar que a fome é uma problemática central na dinâmica das desigualdades sociais, necessitando de incidência constante e articulada nos níveis municipal, estadual, distrital e federal, não podendo depender de vontade política ou de janela de oportunidade. O combate à fome e a garantia de SAN devem ser prioridade estruturante do Estado brasileiro, a partir do fortalecimento de políticas já existentes – como o PAA, o PNAE, o Bolsa Família, o Prato Cheio e, claro, o PNCS –, mas também do incremento de incentivos a produções saudáveis e sustentáveis e de ações sociais no campo e na cidade, de forma contínua. As Cozinhas Solidárias são um importante braço dessa transformação.

1.2 Soberania e segurança alimentar e nutricional - uma aproximação essencial

O processo de definição de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) se imbrica na trajetória de institucionalização da alimentação como direito, percursos que se constroem em meio a cenários sociais diversos de fome, mobilização social e atuações governamentais. Apesar de ainda ser um termo em construção, a SAN pode ser definida como:

A 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 de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis (Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2004, p. 4).

A partir da definição constitucional da alimentação como direito indispensável e de sua múltipla e complexa determinação, nas últimas décadas, a conceituação de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) foi, e vem sendo, debatida e consolidada. Na perspectiva de Valente (2002), ao reconhecer que tanto o ato de comer quanto o direito de se alimentar perpassam diversos campos da vida em sociedade, para além do aspecto nutricional, amplia-se a conceituação de SAN para um sentido ainda mais abrangente: “trata exatamente de como uma sociedade organizada, por meio de políticas públicas, de responsabilidade do Estado e da sociedade como um todo, pode e deve garantir o direito à alimentação” (Valente, 2002, p. 131).

Dessa forma, a SAN desempenha um papel importante na orientação da formulação de políticas públicas. A partir da multiplicidade do Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS) e da própria conceituação de Segurança Alimentar e Nutricional, essas políticas devem visar ao combate, em todos os níveis e de maneira estrutural, à insegurança alimentar e nutricional (IAN), bem como à promoção da alimentação adequada e saudável para todos.

No início dos anos 2000, o debate estava efervescente e trazia a fome como um sinal de desumanização e de distanciamento do “ser cidadão” (Valente, 2002; Gordillo, 2004). Ainda se dialoga com essa perspectiva ao reconhecer que a Alimentação Adequada e Saudável (AAS) tornou-se uma das garantias fundamentais na Constituição Federal, após extensas tensões políticas entre o Estado e a sociedade. Por serem inerentes ao ser humano, os direitos humanos encontram seu fundamento na noção de dignidade da pessoa humana.

No mesmo período, a partir de 2003, com o Governo Lula, políticas nacionais de segurança alimentar e nutricional (SAN) estruturaram o combate à fome de maneira permanente, principalmente por meio do Programa Fome Zero. Entretanto, desde 2016, as políticas e programas orientados e voltados à perspectiva de garantia de direitos sociais vêm sendo desmantelados. Concomitantemente, fortalece-se a ideia de um Estado menos interventor e da supremacia de questões econômicas.

A partir da perspectiva das necessidades humanas como requisitos indispensáveis para o pleno desenvolvimento da pessoa humana, Gomes (2015) apresenta um debate ampliado sobre o papel da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) como orientadora de políticas sociais públicas. Retoma-se, assim, a importância de considerar a SAN como parte estruturante e central da política de Estado.

Em termos institucionais, a criação da Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) foi um marco importante, pois definiu a SAN e instituiu o Sistema

Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN), com o objetivo de tornar a agenda de SAN uma política de Estado a partir de um sistema intersetorial, garantindo o Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS) (Brasil, 2006).

Os embates travados para as conquistas alcançadas inserem-se em um cenário de ascensão do arranjo político neoliberal e da supremacia do econômico, resultando na flexibilização de direitos e na focalização do mérito individual para a obtenção das próprias necessidades. Assim, a problemática do neoliberalismo evidencia um sentimento amplo de insegurança social, que age como um princípio de desmoralização, impossibilitando o indivíduo de controlar o presente e prever positivamente o futuro (Gomes, 2015).

Esse panorama de Estado mínimo, interligado a uma percepção de desenvolvimento como sinônimo de crescimento econômico, impactou diretamente as políticas públicas em alimentação e nutrição, uma vez que desenvolver e implementar políticas sociais focalizadas na segurança alimentar dependem de um Estado forte, presente e conectado com as demandas sociais. Um exemplo marcante ocorreu no primeiro dia de 2019, quando o Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) foi extinto por meio da Medida Provisória nº 870/2019, editada pelo recém-eleito presidente da República, Jair Messias Bolsonaro. A extinção de um espaço conquistado pela sociedade civil e referência na defesa do direito à alimentação adequada e saudável foi apenas o primeiro passo de uma necropolítica que se instalaria nos anos seguintes. Assim, há o empecilho para a efetivação de políticas já existentes – em nível municipal, estadual e nacional – bem como a falta de vontade política para integrar e desenvolver novas propostas.

O pensamento embasado por Gomes (2015) dialoga com a noção de “segurança ontológica”, descrita por Giddens (2002) como a atitude natural da vida cotidiana, que é ameaçada pelo caos que se espreita. Vive-se em uma sociedade de pouca confiança e de individualidades, logo, em uma sociedade de caos. Para Arendt (2018), os tempos de caos, ou sombrios, seriam aqueles em que o poder público se obscurece, gerando uma realidade de insegurança.

A partir desses ideais neoliberais e de uma imensa rede corporativa de multinacionais, estabelece-se um sistema agroalimentar intensivo, industrial, quilométrico, deslocalizado e “petrodependente” (Esteve, 2017). Esse sistema, dominado pelo agronegócio em associação com as indústrias alimentícia e farmacêutica, baseia-se no monopólio de todo tipo de cultura e no paradigma da exploração e da dominação (Shiva, 2017).

Uma característica fundamental desse sistema é a desigualdade, marcada por perversas formas de injustiça que se materializam pela fome. Os debates atuais acerca do sistema

agroalimentar e da crise por ele gerada reportam e atualizam as ideias abordadas na década de 1940 por Josué de Castro, em “Geografia da Fome”, que demonstra o lado político da fome e remonta aos processos colonizatórios vividos em toda a América Latina.

Dialogando com Nascimento e Ludka (2023) argumentam que a fome e a pobreza no Brasil são resultados de seu passado socio-histórico e relacionam-nas ao entendimento de território, visto que este reflete as desigualdades socioespaciais e os processos que reproduzem a fome.

A partir dessa contextualização, percebe-se como as políticas de SAN são fundamentais para a garantia do DHAAS, em todos os territórios, e também como essas precisam estar conectadas às necessidades reais de cada população, a fim de permitir ações a curto e longo prazo. Nesse sentido, as Cozinhas Solidárias, e sua formação como equipamento social, tanto se beneficiam de um sistema de segurança alimentar fortalecido quanto o fomentam.

As CS se enquadram no conceito de SAN, uma vez que atuam em prol de uma alimentação que cumpre funções para além da oferta quantitativa de comida, revelando também aspectos culturais e políticos, bem como permitindo a consolidação (ao menos em alguma escala) de um sistema alimentar que garanta o direito humano à alimentação.

2 METODOLOGIA DA PESQUISA E CAMINHOS DA PESQUISADORA

O processo de formação da pesquisadora se conjuga ao processo de construção da pesquisa. Apreender a realidade por um novo olhar, descobrir fraquezas, reconhecer potenciais: etapas de desenvolvimento de uma pesquisa que se propõe a estudar o outro, enxergar realidades e ampliar experiências.

Este capítulo trata, então, dos caminhos teórico-metodológicos¹⁹, dos instrumentos e do cotidiano da pesquisa, por meio de diferentes abordagens qualitativas. Em sequência, relata a aproximação à Cozinha Solidária (CS) como espaço de estudo e ao território do Sol Nascente, que se inicia com uma descrição de abordagem etnográfica, a partir de um olhar pessoal, desenvolvida durante a pesquisa exploratória e a observação participante.

A pesquisa qualitativa traz singularidade ao objeto investigado e busca compreender os interesses dos atores envolvidos em determinada realidade, suas opiniões e seu conhecimento a respeito das questões em estudo (Flick, 2009). Tendo em vista que o objeto de estudo é de caráter social, ele é marcado pela sua provisoriedade processual, registrando processos inacabados e inacabáveis, e caracteriza-se pela situação de “estar”, não de “ser” (Demo, 1985). Dessa forma, em um processo nada linear, ao objetivar a apreensão da realidade na qual as Cozinhas Solidárias estão inseridas e as percepções daqueles que convivem em seus espaços, foi preciso estar atenta a essas mudanças constantes e inerentes.

Sabendo que o objeto social é complexo e impermanente, esta pesquisa busca encarar a Cozinha Solidária a partir de uma localidade, de um projeto e de um tempo específicos. Assim, não apresenta a pretensão de abranger todos os aspectos da realidade (Demo, 1985), mas se propõe a analisar parte das percepções das pessoas envolvidas com o espaço da CS e suas complexidades. Essa análise parte da perspectiva de a CS ser um ponto focal de relação entre movimentos sociais e de conexão campo-cidade, além de constituir potente ferramenta social de enfrentamento às violações de direitos vivenciadas em uma comunidade periférica. A pesquisa foi desenvolvida em um movimento constante de conjugação entre teoria e prática, compreendendo também que uma posição de neutralidade não é possível, mas mantendo certa distância para analisar os dados coletados (Flick, 2009).

Assim, após a primeira aproximação²⁰, a coleta de dados se desdobrou em dois momentos: (1) pesquisa exploratória, por meio da observação participante e dos registros em diários de campo; e (2) entrevistas semiestruturadas com as três cozinheiras e coordenadoras da Cozinha Solidária, com duas agricultoras da Associação Agroecológica de Mulheres

¹⁹A pesquisa como método formativo e de transformação crítica (Demo, 1985).

²⁰ Primeira visita em 2 de agosto de 2023.

Rurais do Assentamento Canaã (AAMRAC) e com duas mães de crianças que frequentam o reforço escolar oferecido no espaço da CS.

A análise dos dados coletados pelas entrevistas foi realizada segundo a metodologia da análise de conteúdo proposta por Bardin (1977), escolhida por sistematizar e tornar mais objetivas as interpretações dos conteúdos de textos ou discursos. Busca-se ir além da leitura superficial, permitindo a compreensão dos significados implícitos nos discursos, como ideologias, valores, emoções ou intenções dos sujeitos que produzem esse conteúdo.

2.1 Pesquisa exploratória: observação participante e diários de campo

Para possibilitar a realização deste estudo, foi feita uma primeira aproximação com a Cozinha Solidária do Sol Nascente. A abertura para essa aproximação ocorreu por meio do projeto Multiplica-SAN, associado ao Departamento de Nutrição da Universidade de Brasília (UnB). Esse projeto mantém relação com o movimento MTST, especialmente com a Cozinha Solidária, participando voluntariamente da rotina do espaço e realizando ações com as cozinheiras e com a comunidade local, o que demonstra um forte vínculo.

Tendo em vista a proximidade geográfica e o interesse da pesquisadora em se aproximar da rotina da CS, para apreender parte de sua realidade, iniciou-se a pesquisa exploratória em setembro de 2023, estendendo-se até maio de 2024. Essa metodologia de pesquisa caracteriza-se por objetivar a familiarização com a realidade a ser estudada, permitindo melhor entendimento e maior precisão para o desenvolvimento das etapas seguintes (Theodorson, 1970).

Dentre as finalidades da pesquisa exploratória, destacam-se: a vontade da pesquisadora de compreender melhor seu objeto de estudo; a identificação da viabilidade dos próximos passos da pesquisa; e o refinamento dos métodos que serão desenvolvidos ao longo do estudo (Babbie, 1986). Assim, a pesquisa exploratória facilita a percepção da realidade como ela é, e não como a pesquisadora pensa que seja.

O desenvolvimento desta etapa ocorreu a partir da observação ativa (participante) e da construção de diários de campo. A observação participante consiste na integração e participação concreta da pesquisadora no grupo social. Esse processo é importante e vantajoso, visto que os fatos são apurados diretamente, sem intermediação, o que tende a reduzir as subjetividades do processo de pesquisa social (Gil, 2008). Essa observação é transparente, com conhecimento do grupo sobre o papel da observadora (Poulain; Proença, 2003).

Já os diários de campo são utilizados em pesquisas com esse viés como ferramenta metodológica para registro e análise da experiência (Kroef, 2020). Essa metodologia é importante para destacar sutilezas da realidade, pois expõe os conhecimentos e saberes da pesquisadora, suas propostas e ações, bem como angústias, desejos, avanços e dificuldades (Pezzato; L'abbate, 2011).

A partir dessa perspectiva, a primeira visita foi acompanhada por uma das voluntárias do Multiplica-SAN e também nutricionista, Fernanda Lima. Nessa ocasião, participamos, junto às cozinheiras e lideranças, do processo de preparo do almoço. Durante toda a manhã, cozinhamos e conversamos sobre diversas temáticas: a trajetória de cada uma até a cozinha, o apreço pelo ato de cozinhar, a beleza e o peso de ser uma mulher militante, bem como os eventos da comunidade e o que cada uma faria após o almoço ser servido. Desde esse dia, foram realizadas doze visitas à Cozinha Solidária, com anotações sobre o cardápio do dia, as principais observações, novas pessoas e falas relevantes²¹.

Esta etapa da pesquisa foi fundamental para a apropriação do tema e do espaço em estudo, possibilitando identificar os principais atores envolvidos, as relações entre eles, bem como as formas de ocupação e de envolvimento com a Cozinha Solidária. A partir desse ponto, observou-se o protagonismo feminino na construção de um espaço de luta e proteção de direitos, desde a produção e o preparo dos alimentos até a organização e mobilização de outras atividades, além da representação da CS em outros espaços. O entendimento das mulheres como elemento central na dinâmica do movimento social, da CS e da comunidade do Sol Nascente foi um pilar para guiar as fases seguintes.

Aqui, percebeu-se a potência da alimentação como ferramenta de engajamento e partilha social, desde a conexão entre movimentos sociais até a autopercepção das pessoas envolvidas sobre o ato de cozinhar e o de comer. O alimento foi reconhecido como: fonte de renda para agricultoras que o fornecem e para as cozinheiras; meio para a promoção de atividades de educação alimentar e nutricional (EAN)²², tanto entre a universidade e a CS quanto entre a CS e a comunidade local; instrumento de materialização da luta contra a fome; intermediário entre as necessidades da comunidade e as possibilidades de atuação do movimento social; pauta de conversas e de troca de experiências entre atores; meio para a

²¹No mês de setembro de 2024, foi pontuada pelas cozinheiras a necessidade de apoio voluntário para andamento do reforço escolar, a partir daí foram feitas mais oito visitas, mas desta vez com a proposta de estar junto das crianças e auxiliar com o projeto. Também foram realizadas anotações em diário de campo desses dias, as quais corroboram com as impressões anteriores e auxiliaram na construção das análises.

²²Educação Alimentar e Nutricional (EAN), no contexto do DHAA, da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde, é um campo de conhecimento e prática, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a ações autônomas e voluntárias de hábitos alimentares saudáveis (MDS, 2012).

inclusão das crianças no espaço da cozinha; entre outros aspectos que embasaram as análises desta pesquisa.

Além disso, a observação participante e os diários de campo auxiliaram no entendimento da significação do enfrentamento à fome e a outras violações de direitos, a partir da atuação de um movimento social territorializado e construído em comunidade. Também possibilitaram a aproximação da atuação específica do MTST, tanto em nível nacional quanto no Sol Nascente, e de sua trajetória até a implementação da Cozinha Solidária.

Dessa forma, afirma-se que os meses de visitas, trocas, aproximação e anotações viabilizaram um andamento próximo e aprofundado da pesquisa, culminando em uma consolidação textual de viés etnográfico, que inicia o **Capítulo 2** e materializa as percepções iniciais.

2.2A coleta de dados

Após a pesquisa exploratória e a observação participante, foi possível definir a amostra. A amostragem é uma parte fundamental na pesquisa científica, uma vez que não é possível analisar o universo em estudo em sua completude. Assim, a amostra pode ser definida como: “subconjunto do universo ou da população, por meio do qual se estabelecem ou se estimam as características desse universo ou população” (Gil, 2008).

Para a realização do trabalho de campo e da coleta de dados, foi feita uma amostra intencional de pessoas que protagonizam, convivem e se alimentam na Cozinha Solidária do Sol Nascente. Trata-se de uma forma de amostragem não probabilística, que consiste em selecionar um subgrupo que possa ser considerado representativo de toda a população (Gil, 2008).

A partir da pesquisa exploratória já realizada, identificaram-se os seguintes atores na rotina da CS: (a) as cozinheiras; (b) a comunidade local – pessoas que frequentam habitualmente a cozinha; (c) as crianças que frequentam o reforço escolar e suas famílias; (d) os coordenadores do movimento MTST; (e) as agricultoras fornecedoras de alimentos; (f) os doadores; e (g) políticos envolvidos com o projeto. Estes interagem com o espaço em intensidades, formas e momentos diferentes.

Para a realização desta pesquisa, foram incluídos três dos grupos citados: as cozinheiras; a comunidade local (representada por mães de crianças que frequentam o reforço escolar); e as agricultoras, especificamente da AAMRAC, que fornecem alimentos para a Cozinha Solidária pelo Programa de Aquisição de Alimentos. Essa amostra foi determinada

por abranger três bases da construção da CS: a aquisição de alimentos, o preparo de alimentos e a comunhão com a comunidade local. A escolha se deu devido aos papéis que cada um desses grupos representa no território.

Apesar de, inicialmente, a pesquisa não apresentar um recorte de gênero, ao identificar os atores envolvidos no espaço da CS, suas participações e influências, percebeu-se que as mulheres protagonizavam as funções mais relacionadas aos objetivos do presente estudo, sendo as mais envolvidas com o dia a dia do espaço. Consequentemente, constatou-se que incluir somente mulheres na amostra reflete aspectos estruturantes da alimentação como um todo e da Cozinha Solidária do Sol Nascente, em específico. Esse recorte permitiu um olhar sensível às dinâmicas locais e se entrelaçou com a proposta de captar as percepções acerca da CS. Evidentemente, também existem muitos homens que fortalecem e participam do projeto das CSs, bem como se alimentam cotidianamente no local; entretanto, a amostra escolhida evidencia um fator ainda muito relevante nas dinâmicas dos sistemas alimentares e do espaço da cozinha: o protagonismo e a sobrecarga das mulheres, temas debatidos nos próximos capítulos.

A cozinha conta com duas cozinheiras, que também são coordenadoras locais do movimento, responsáveis pelo preparo do almoço e pela organização da cozinha de segunda a sexta-feira²³. Ademais, há outra coordenadora que foi incluída neste grupo amostral, pois, apesar de não ser cozinheira oficialmente, envolveu-se, desde o início, no processo de formação do espaço e é central na dinâmica da CS, auxiliando sempre que necessário na cozinha. Essas especificidades serão aprofundadas e detalhadas no próximo capítulo.

Para a representação da comunidade, observou-se, ao longo da pesquisa exploratória, a presença e a força do reforço escolar “Escolinha Formigueiro” diariamente no espaço. Esse projeto abraça as crianças da comunidade e, consequentemente, suas famílias, mostrando-se como uma ferramenta de conexão entre lutas e de enraizamento no território. Por se tratar de uma atuação que engaja a comunidade local diariamente no espaço da CS, foram incluídas duas mães na amostragem. Estas se voluntariaram para participar da pesquisa.

Para as agricultoras, o primeiro contato se deu com a presidente da associação citada, que indicou mais uma companheira que poderia participar da pesquisa. Ambas habitam e trabalham em seus terrenos, conquistados pelo MST no Assentamento Canaã (Brazlândia). Elas produzem de forma agroecológica e fornecem os alimentos para a cozinha por meio do

²³Apesar de estas serem as atribuições oficiais das cozinheiras, suas atuações implicam diversas outras atividades, complexificando seus trabalhos no local.

Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). Assim, todas as entrevistadas foram mulheres, o que reverbera a relevância e o protagonismo feminino na dinâmica deste espaço.

Assim, as sete entrevistadas foram identificadas como pontos focais que conectam todo o caminho do alimento e suas significações, bem como a ampla atuação da CS para além do combate à fome. O objetivo, aqui, é demonstrar como o projeto da CS atua na Região Administrativa e quais são suas conexões e percepções em seu próprio território, podendo, mais adiante, servir para motivar novos estudos, tanto em outros estados brasileiros quanto em nível nacional.

Entendendo as diferentes interações e pesos das pessoas selecionadas, uma vez definida a amostra, desenvolveram-se diferentes roteiros de entrevista para a aproximação e coleta de dados. Esses roteiros foram aplicados pessoalmente, a partir da leitura e assinatura do TCLE. Os áudios das entrevistas foram gravados e transcritos para análise. Ademais, foram realizados registros fotográficos e anotações acerca das expressões, emoções, silêncios, desconfortos e demais observações, a fim de permitir, a posteriori, uma análise mais contundente e correlata às exposições.

2.2.1 Entrevistas

Uma vez que esta pesquisa busca apreender diferentes percepções acerca do projeto da Cozinha Solidária, toma-se como imprescindível o olhar, a experiência e as histórias daqueles que lá frequentam, se alimentam e convivem. Assim, a escuta e a observação constituíram o principal instrumento de coleta de dados desta pesquisa, desde a etapa exploratória até os momentos de entrevista e análise.

Os nove meses de aproximação com o local e com a comunidade construíram um alicerce sólido para a aplicação das etapas seguintes. Além disso, possibilitaram uma melhor visualização das realidades compreendidas na CS, tanto no espaço físico quanto no imaginário ao qual ela pertence. Como exemplo dessa aproximação, foi construído um mapa mental (**Figura 7**), que subsidiou a formulação dos roteiros de entrevista (**APÊNDICE A**).

Os processos de construção e coleta de dados de cada uma das entrevistadas foram muito específicos, a depender de suas personalidades, do nível de aproximação com a pesquisadora e da disponibilidade de tempo para a conversa proposta. Dessa maneira, foram sugeridas alterações ao longo de cada entrevista, com o intuito de extrair as informações necessárias, mas em um processo confortável e orgânico para todas, ou seja, adaptado a cada uma das participantes.

Figura 7– Mapa mental produzido após pesquisa exploratória



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

A entrevista com uma das cozinheiras aconteceu no local de estudo, a Cozinha Solidária do Sol Nascente; as outras duas optaram por realizar a conversa juntas, e uma delas preparou um lanche da manhã em sua casa, convidando-nos para realizar a entrevista lá. No caso das agricultoras, o momento de troca se deu em seus terrenos, localizados no assentamento Canaã, em Brazlândia-DF. As entrevistas com as mães foram realizadas em suas residências, localizadas na própria comunidade do Sol Nascente. Em todos os casos, procedeu-se à leitura e à concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (**APÊNDICE B**), cujas vias assinadas encontram-se sob a guarda da autora. Os nomes, a caracterização e as funções das participantes são utilizados em conformidade com o autorizado no momento da atividade proposta.

A partir dessas especificidades, ressalta-se a maior facilidade obtida na troca com as três cozinheiras, tendo sido o processo mais fluido de diálogo. Essa suavização pode estar relacionada ao longo período de aproximação prévio ao momento das entrevistas, o qual quebrou a barreira entre pesquisadora e pesquisadas. Partindo do roteiro semiestruturado, foi possível dialogar sobre a história de vida e as percepções da CS de maneira bastante aprofundada.

Em relação às agricultoras, como o momento da entrevista também foi o primeiro contato, propôs-se uma caminhada transversal²⁴ em suas propriedades para iniciar a aproximação. Partindo dessa proposta, ambas as agricultoras apresentaram sua produção agroecológica, contaram um pouco de sua história de vida e ensinaram receitas e técnicas de

²⁴Caminhada que percorre um espaço geográfico com áreas de uso e recursos diferentes (nesse caso o sistema agroflorestal). Durante a caminhada, toma-se nota dos aspectos que surgem ao longo da observação do espaço e da troca entre os participantes (Verdejo, 2006).

cultivo. Essa estratégia inicial pavimentou um diálogo tranquilo e enriquecedor, que se deu em seguida a partir do roteiro de perguntas.

As mães foram o grupo de maior dificuldade de aproximação, o que pode estar relacionado ao fato de serem as únicas que nunca haviam participado de alguma pesquisa junto à universidade, diferentemente dos outros grupos. Porém, após o primeiro contato e a explicação de que seria apenas uma conversa informal, o diálogo fluiu. Ambas abriram as portas de suas casas para a realização da entrevista.

Em todas as entrevistas, a principal ferramenta de coleta foi a escuta atenta, entendendo que, para apreender e processar as percepções dessas mulheres acerca da Cozinha Solidária, seria necessário abrir caminhos de aproximação e valorização de suas histórias e ideias. Dessa forma, o centro da formulação dos roteiros foi o entendimento da subjetividade – intrínseca e fundamental – tanto do tema quanto dos atores envolvidos com o espaço. Inspirou-se na história oral, por esta ser contada a partir de uma multiplicidade de pontos de vista, valorizando a memória como um processo ativo de criação de significações (Portelli, 1997), mas sem a pretensão de seguir essa metodologia rigorosamente.

Tratando-se de classes não hegemônicas, as fontes orais são uma condição necessária para a ampliação de suas narrativas. Assim, as entrevistas abordaram o território e a comunidade em questão, a fim de que as participantes pudessem falar sobre a vida e a cultura material das pessoas e grupos, possibilitando o registro de elementos de suas trajetórias até o Sol Nascente e o acesso à Cozinha Solidária. As entrevistas lançam uma nova luz sobre a vida diária, podendo revelar aspectos desconhecidos de eventos conhecidos.

Sabendo que entrevistas rigidamente estruturadas podem excluir elementos relevantes, previamente desconhecidos pela entrevistadora (Portelli, 1997), os roteiros de entrevista propostos (**APÊNDICE A**) apresentam perguntas norteadoras, mas não limitam a ampliação do diálogo entre as colaboradoras. Foram desenvolvidos três roteiros diferentes, com um núcleo comum, para identificar as diversas percepções das participantes escolhidas.

Antes de iniciar as perguntas, houve primeiro uma apresentação da pesquisa e da pesquisadora, bem como conversas livres para aproximação. No momento de preparação dos roteiros, haviam sido definidas formas de ativação de memórias para anteceder a entrevista (**APÊNDICE A – momento 1**); entretanto, a dinâmica planejada somente funcionou com as agricultoras. Os três roteiros contaram com perguntas sobre os dados de perfil (nome, data de nascimento, gênero, nível de escolaridade e local de nascimento). Além disso, foi questionado a todas quando e por que se mudaram para Brasília.

As outras partes do roteiro apresentam similaridades e diferenças. O roteiro das cozinheiras dividiu-se em quatro eixos temáticos: a trajetória até a Cozinha Solidária do Sol Nascente; o espaço da CS e seus significados; a alimentação servida no local e sua relevância para a segurança alimentar e nutricional; e as conexões com o território. Para as agricultoras, foram definidos três eixos temáticos: o espaço da CS e seus significados; a alimentação servida no local e sua relevância para a segurança alimentar e nutricional; e a conexão entre movimentos – MST e MTST. Por fim, para as mães, também se definiram quatro eixos: a trajetória até o Sol Nascente e a comunidade local; a conexão pessoal com a alimentação e o sistema alimentar local; o espaço da CS e seus significados/relação com a SAN; e o MTST.

Dessa forma, concentrou-se em um tema específico, abordado a partir das experiências individuais, buscando explorar um assunto concreto e valorizando os detalhes e emoções transmitidos pelas sujeitas. Ao investigar um tema por meio de múltiplas perspectivas de indivíduos diferentes, também inspirou-se na história oral, uma vez que esta busca reconstruir uma memória coletiva, permitindo a captura de nuances de experiências compartilhadas. Assim, considerando que a CS se constrói e se mantém por meio de um movimento social – processo intrinsecamente coletivo –, absorver como diferentes pessoas vivem e interpretam a experiência nessa formação é fundamental.

Para possibilitar uma análise mais coerente com a realidade e, entendendo que as mudanças são a norma do discurso, foram utilizados os processos de transcrição e textualização, prévios à análise. Esses processos permitiram incluir a intencionalidade do outro, bem como as subjetividades do momento da entrevista (Barbosa, 2006). Assim, transpuseram-se para o texto as alterações do narrador, como suas expressões, variações no tom de voz, fuga do tema, empolgação, entre outros.

O **Quadro 2** apresenta a síntese do perfil das entrevistadas:

Quadro 2– Perfil das entrevistadas da pesquisa

Perfil das entrevistadas	
Local de Nascimento	Bahia (1), Distrito Federal (1), Maranhão (4), Paraná (1)
Faixa etária	27 a 63 anos
Estado civil	4 solteiras e 3 casadas
Escolaridade	5 com ensino fundamental incompleto e 2 com ensino médio incompleto
Tipo de moradia	Assentamento rural (2), aluguel (1), casa própria (4)

Tempo de moradia no DF	Há mais de 20 anos (5), há 8 anos (1), a vida inteira (1)
Relação com a Cozinha Solidária	Coordenadoras locais e cozinheiras (3), agricultoras fornecedoras de alimentos (2), mães de crianças que frequentam o reforço escolar (2)

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

2.3. Análise dos dados

Uma vez que as entrevistas foram transcritas, iniciou-se o processo de análise dos dados, inspirado na metodologia de análise de conteúdo proposta por Bardin (1977). Essa escolha se deu pelo fato de a proposta metodológica permitir a identificação e a compreensão de significados implícitos nos discursos. Para isso, optou-se pelo tipo de análise temática.

Ademais, essa metodologia apresenta capacidade de organizar e interpretar dados qualitativos, de forma a identificar padrões, significados e categorias nos discursos das participantes, auxiliando na análise das percepções acerca da Cozinha Solidária e de seu impacto na vida e na rotina dos grupos amostrais selecionados. Para isso, a análise se dividiu em três etapas: (a) pré-análise; (b) exploração do material; e (c) tratamento dos resultados e interpretação. Os sete áudios coletados (presencialmente e mediante autorização das participantes) foram utilizados para a análise dos dados.

- (a) Para a pré-análise, como os documentos a serem investigados já estavam determinados (as entrevistas transcritas), realizou-se uma leitura exploratória (flutuante) a fim de encontrar temas recorrentes e palavras-chave. Nesse momento, o texto foi considerado uma “manifestação contendo índices que a análise iria fazer falar” (Bardin, 1977, p. 100). Estabeleceram-se os critérios para categorização e identificou-se uma forte correlação entre a pesquisa etnográfica e os dados revelados pelas entrevistas, bem como novas ideias.
- (b) Na exploração do material, iniciou-se a codificação do texto, ou seja, a identificação de núcleos temáticos relevantes e seu isolamento. Detectaram-se as principais categorias de análise (**Quadro 3**), com base em temas recorrentes e relevantes para os objetivos da pesquisa. Ademais, definiu-se que a análise se daria por unidades de contexto, ou seja, por parágrafos ou seções de texto.

Quadro 3– Categorias de análise

Categorias de análise	Temas (Códigos)
A CS e a alimentação saudável	Fome, segurança alimentar e nutricional, alimentos saudáveis e agroecologia.
Espaço da comunidade	Saúde, educação, segurança, convivência.
Conexão entre movimentos sociais	Campo e cidade, conhecimento, política, aprendizados.
Trabalho e sobrecarga feminina	Rotina, sentimentos, cansaço, função.

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

- (c) Tratamento dos resultados e interpretação: momento de interpretação das categorias, aprofundadas no **Capítulo 3**. Essa interpretação se deu pelos “núcleos de sentido”, a partir de sua presença e/ou frequência de aparição (Bardin, 1977, p. 105). Isso significa que, uma vez definidas as categorias de análise, identificaram-se os componentes mais relevantes da comunicação (seja pela repetição, seja pela importância atribuída pela entrevistada), a partir dos quais foram analisados os conteúdos, confrontando-os com as hipóteses iniciais, à luz do referencial teórico. A partir da categorização, a análise será apresentada no **Capítulo 3**.

2.4Trajetos, olhares e percepções: uma descrição da CS do Sol Nascente

O caminho para a Cozinha Solidária do Sol Nascente se inicia por volta das 9h, na Octogonal, uma Região Administrativa (RA) muito próxima ao Plano Piloto, extremamente arborizada e segura. A partir do privilégio de realizar o trajeto de carro, entro na Estrada Parque Taguatinga (EPTG), cuja velocidade máxima permitida é de 80 km/h. Todo o trânsito é a expressão e representação de Brasília: uma via larga, com poucos pedestres à vista, permeada por propagandas e postos de gasolina, de alta velocidade, e que conecta territórios que, para outras cidades, seriam extremamente distantes, mas que, por aqui, “a 30 quilômetros de distância”, fora do horário de pico, não demandam mais de 35 minutos para serem percorridos.

A EPTG cruza diversas outras RAs, como Guará, Lúcio Costa, Vicente Pires, Águas Claras e Taguatinga. Apesar de revelar somente a borda de cada uma, as alterações são perceptíveis. De várias maneiras, sinto-me afastando do ideal da cidade tombada e aproximando-me de uma paisagem mais real e diversa.

Após 20 minutos na mesma reta, um desvio à esquerda leva a Ceilândia, uma das maiores regiões do DF, território independente, de cultura forte e diversidade pulsante. No caminho, cruza o *campus* da UnB Ceilândia, o *skatepark* do P Sul²⁵, uma quadra poliesportiva, diversos comércios e residências misturados, um setor de oficinas e mais uma variedade de estabelecimentos e espaços. Até 2019, o Sol Nascente estava sob responsabilidade administrativa dessa RA; não à toa, a transição para o território da Cozinha Solidária é suave, a paisagem se mescla e só se percebe que, de fato, saímos da Ceilândia quando reparo no barro nas vias e nos animais pelo caminho.

O Sol Nascente apresenta ruas principais movimentadas, com carros estacionados em baliza enquanto outros dividem a via com pedestres, ônibus e carroças. Pode-se encontrar uma grande diversidade de comércios locais, com destaque para os valores exibidos nas portas, como “almoço por 11,50” e “todas as peças por 10 reais”. Além disso, são comuns as placas artesanais que divulgam serviços gerais, diaristas e “quebra-galhos”. Um olhar mais atento pode perceber as bifurcações e entradas para ruelas estreitas e sem asfalto, impossíveis de serem percorridas de carro.

Já no Trecho 2, à direita, estão o Restaurante Comunitário do Sol Nascente, o Terminal Rodoviário e, ao fundo, prédios padronizados do programa Minha Casa, Minha Vida. À esquerda, podem-se ver terrenos ocupados e vazios, diversas residências e um grande descampado. Nesse caminho, também estão sempre presentes algumas vacas e cavalos.

Ao avistar o quintal mais verde e a parede pintada com a arte do MTST, sei que cheguei ao meu destino. A rua da Cozinha Solidária, na quadra 209, é residencial, estreita e raramente se encontram carros estacionados. À primeira vista, é possível visualizar uma parte da horta agroecológica e um *banner* com os dizeres “MTST - Cozinha Solidária - Almoço Grátis”. Passo pela janela na qual o almoço será servido mais tarde; a parede dessa janela é grafitada com utensílios coloridos de uma cozinha e com a mensagem “O melhor prato é o prato cheio” (**Figuras 8 e 9**). Em algumas horas, nesse espaço, formar-se-á uma fila para esperar o almoço.

Na lateral, encontra-se a porta de entrada para a cozinha e mais dois grafites que nos dizem: “MTST a luta é pra valer” e “Quem não se movimenta não sente as correntes que os prendem. - Rosa Luxemburgo” (**Figura 11**). Depois de dois toques na porta, sou prontamente recepcionada com um grande sorriso, normalmente acompanhado da frase – pouco importando se eu estive lá na última semana ou há dois meses –: “Samantinha! Achei que já

²⁵ Um bairro da Ceilândia-DF.

tinha abandonado a gente, quanto tempo!”. A partir daqui, sempre são muitas histórias, lembranças, projetos e angústias compartilhadas.

Há um ambiente com freezers e geladeiras para armazenamento de alimentos, principalmente folhosos. Daqui, vê-se a janela do serviço; sob ela, há uma mesa comprida com gavetas e uma cadeira. Não há porta que separe o ambiente onde estão a pia, o fogão e diversas prateleiras com utensílios e temperos.

Uma vez na cozinha, a movimentação é rápida, quente, planejada e amorosa. Jurailde Rodrigues, conhecida como Jô, é responsável pelo pré-preparo dos alimentos e pela salada: descascar, higienizar e picar (quando cozinheiro, essa costuma ser minha primeira função). A agilidade para descascar e a precisão para picar são admiráveis por qualquer nutricionista. Se, durante a graduação, aprendi a treinar funcionários para diminuir a perda de alimentos e a retirada excessiva de cascas, na Cozinha Solidária a observação é uma aula de boas práticas.

Enquanto isso, Sirleide Santos, a Bizza, é responsável pelo preparo dos pratos quentes. Uma panela de arroz já está pronta e outra está no fogo, em um fogão centralizado no espaço, com seis bocas enormes para aquecer panelas ainda maiores. O feijão já está cozido e pronto para engrossar o caldo e, normalmente, outras duas bocas do fogão são ocupadas por uma panela com a proteína do dia e outra com alguma hortaliça cozida, o que popularmente é chamado de “legume”, sendo a abóbora um clássico do cardápio. Os resíduos são sempre separados, já que a horta precisa da matéria orgânica descartada para ser compostada futuramente.

Por volta das 10h30min, olhamos pela janela e é possível observar a fila se formando. Lá fora, não há cadeiras, mas há sombra, e oferecemos água para quem espera. Nesse horário, a cozinha normalmente começa a ficar mais movimentada; companheiras e companheiros do movimento, pessoas mais próximas da comunidade e algumas crianças começam a coabitar o ambiente, mas, geralmente, se direcionam para a parte de trás do espaço.

Saindo do ambiente da cozinha, estou em um corredor com caixotes recheados com os últimos alimentos recebidos pelo Programa de Aquisição de Alimentos (PAA): mandioca, berinjela, cebola, beterraba, limão, abobrinha, banana, pimentão e outros mais. Seguindo esse corredor, à esquerda, há outro espaço de armazenamento e, à frente, encontra-se a parte dos fundos do terreno, onde ocorrem reuniões, movimentações políticas, momentos de descanso e, recentemente, o reforço escolar, organizado por alunas da UnB, do projeto Multiplica-SAN, em parceria com o MTST.

Nesse ambiente, há mais caixotes com alimentos à direita; à esquerda, uma grande mesa e várias cadeiras. Um pouco depois, já se inicia a horta agroecológica²⁶, sempre verde e produtiva graças aos mutirões voluntários realizados periodicamente. A horta ocupa a lateral do terreno e, atualmente, provê diversos alimentos para a CS, principalmente temperos frescos. À minha frente, há terra batida e, nos fundos, um banheiro construído voluntariamente, em bioconstrução²⁷ para o espaço.

²⁶A produção da horta é biodiversa, sem agrotóxicos ou fertilizantes agrícolas, em contrapartida, utiliza bioinsumos, como a compostagem da própria cozinha. Ademais, desde sua idealização até as práticas diárias, se enquadra na perspectiva da agroecologia como ciência, movimento e prática (Wezel, et.al. 2009).

²⁷Técnica de construção que objetiva minimizar os impactos no meio ambiente, através do aproveitamento máximo de recursos já disponíveis.

Figura 8– Parte da frente da Cozinha Solidária, com início de formação da fila para pegar o almoço



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

Figura 9– Sábado na CS. Evento realizado com as crianças da comunidade para escrita da “cartinha para o Papai Noel” onde pode-se ler a frase “o melhor prato é o prato cheio!”



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

Figura 10– Registro do momento de preparo do almoço. Na foto estão: Jurailde (cozinheira da CS), Silvania (voluntária e militante do MTST) e eu.



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

Figura 11 – Paredes externas da CS, onde pode-se ler “MTST a luta é pra valer” e “Quem não se movimenta não sente as as correntes que os prendem. - Rosa Luxemburgo”



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

Já são 12h, e a fila cresce de olhares ansiosos pela janela. Retorno ao meu posto do dia e preparo o tempero da salada. A salada é completa, sempre com pelo menos dois folhosos, um tubérculo e outra hortaliça – alface, acelga, repolho, cenoura e tomate são um exemplo. As panelas e recipientes são reposicionados e, então, está na hora: o serviço vai começar.

A dinâmica já está padronizada: primeiro, é preciso distribuir as 120 fichas do dia para as pessoas que estão do lado de fora. Essas fichas funcionam como um tíquete para a retirada da refeição e também como instrumento de controle para as cozinheiras. Quando acabam, novas fichas são distribuídas e, posteriormente, armazenadas em outro local, facilitando a contagem das pessoas alimentadas naquele dia.

Uma vez que as fichas são distribuídas, a janela é aberta. Por ordem de chegada, a população entrega o recipiente trazido de casa – potes de sorvete, panelas, cumbucas, descartáveis etc. Jô é responsável por recolher as fichas e posicionar os recipientes em uma bandeja, que é passada para quem está na cozinha. Em seguida, iniciamos a montagem das marmitas, variando a quantidade conforme se destinem a crianças ou adultos.

Para os adultos, são servidas duas escumadeiras cheias de arroz, uma concha cheia de feijão, uma colher de servir da proteína do dia, uma colher de servir da hortaliça cozida e uma porção generosa de salada. Para as crianças, serve-se metade dessa quantidade. É comum que sejam solicitadas panelas grandes, com pedido de capricho, para que “dê para a janta também”. Com as marmitas prontas, as bandejas são devolvidas à Jô e redistribuídas às pessoas. O espaço externo da CS não dispõe de mesas ou cadeiras, de modo que a maioria leva sua marmita para casa. Aqueles que, pelos mais diversos motivos, não podem ou não querem ir para casa, acomodam-se como podem.

As pessoas mais próximas utilizam pratos da cozinha – daqueles azuis, semelhantes aos da merenda escolar – e almoçam nos fundos, próximos à horta. Comumente, estão presentes os garis da região, companheiras e companheiros do movimento, crianças da comunidade e voluntárias e voluntários.

As panelas vão se esvaziando e a fila, se dissipando: mais um almoço gratuito foi servido à comunidade.

3 MULHERES QUE PROTAGONIZAM O COMBATE À FOME

Este capítulo propõe uma aproximação das entrevistadas com o *locus* da pesquisa. Para aprofundar esse debate, são apresentadas as participantes do estudo, bem como seus perfis socioculturais e suas histórias de vida (conforme por elas retratadas), partindo da premissa de que as percepções dessas mulheres acerca da Cozinha Solidária também se constroem e se fundamentam em suas trajetórias até aquele espaço. Por fim, o capítulo revela as primeiras reverberações de conexão entre as entrevistas, refletidas nas categorias analíticas.

3.1 Trajetórias de vida: cozinheiras, agriculturas e mães na CS do Sol Nascente

A violência e a expropriação econômica que marcaram todos os aspectos dos trabalhos que mulheres negras foram forçadas a executar, bem como a proibição de seu acesso à educação, fizeram com que raramente pudessem deixar registros por escrito de suas próprias histórias. Ademais, o impacto da romantização sobre as condições de trabalho de seus ofícios, refletido em estereótipos de trabalhadoras negras criados por memorialistas brancos [...] faz com que as histórias contadas a seu respeito [...] minimizem os horrores pelos quais passaram (Machado, 2022, p.39).

A cozinha é um espaço que envolve múltiplos atores, sendo que cada um deles pode compreendê-la e vivenciá-la de maneira particular. A síntese de sensações simultâneas pode ser entendida como percepção (Young; Bruce, 2011), o que influencia a forma como cada pessoa absorve e interpreta o espaço e suas vivências. Para Leibniz (1992), sentir e perceber decorrem da capacidade do sujeito de desagregar um objeto em suas qualidades simples (a sensação) e de reagregá-lo como um todo, atribuindo-lhe organização e significação (a percepção). Assim, a percepção constitui um processo ativo, resultante da interação constante do sujeito com o ambiente (Gibson, 1966), o qual pode ressignificá-la tanto em nível individual quanto coletivo.

Ao adentrar nas diferentes percepções das formas de vida dos atores da Cozinha Solidária, o gênero se destaca – não há como falar de comida sem abordar o papel das mulheres na alimentação (Machado, 2022; Galvão, 2023; Briguglio, 2017). Na CS do Sol Nascente, um fator de destaque é o protagonismo feminino na liderança do espaço. Isso se dá não apenas por sua atuação como cozinheiras e lideranças do movimento, mas por toda a conformação das ações cotidianas e pela construção, conduzida por elas, de autovalorização e autoconhecimento. Essa trajetória foi observada na pesquisa exploratória e se consolida a partir das trocas entre as mulheres, os movimentos sociais, a universidade e entre elas

mesmas, nas quais ressignificam o “ser mulher”, assumindo uma posição de empoderamento. Nesse processo, as lutas individuais se cruzam entre si e com a luta do movimento.

Ou seja, a trajetória de vida de cada uma dessas mulheres se entrelaça, de maneira singular, com a Cozinha Solidária, com o território do Sol Nascente e com os movimentos sociais. Simultaneamente, as correlações entre elas evidenciam possíveis percepções coletivas. As narrativas acerca dessas percepções provocam um “deslocamento de si”, tanto para quem fala quanto para quem escuta. Assim, as entrevistas, além de buscarem informações pretéritas, integram um processo formativo (Souza *et al.*, 2020). Lançando mão desse processo de autoformação e de construção conjunta entre narrador e entrevistador, o resultado final é um produto de ambos.

3.1.1As cozinheiras

Três mulheres pretas, oriundas do Nordeste e do Sul do Brasil, migraram para Brasília em busca de trabalho como empregadas domésticas e de novas oportunidades de vida, retratando, assim, a história de milhares de outras mulheres. Três mulheres que sempre atuaram como cozinheiras – não por escolha, mas como consequência das oportunidades que lhes foram oferecidas. Cozinhar em casa, para os próprios filhos; cozinhar na casa dos patrões, para os filhos deles; e agora, cozinhar pelo movimento, para toda uma comunidade.

Figura 12– Foto das três entrevistadas (Bizza, Socorro e Jô, respectivamente). Esta foto faz parte da divulgação do filme “Não existe almoço grátis”.



Fonte: Fórum Doc.BH. Autor: André Hawk (2022).

A **Figura 12** representa um momento de protagonismo vivido pelas três coordenadoras da cozinha. Todas são amplamente conhecidas e representam as Cozinhas Solidárias em nível

nacional. Isso pode parecer um avanço em termos de representatividade de gênero; contudo, diante da complexidade das relações estabelecidas em um movimento social, a recepção não foi tão positiva. Uma mensagem foi transmitida a elas: ninguém deve se destacar mais do que o próprio movimento²⁸.

Com isso, durante a realização desta pesquisa, ocorreu a substituição das cozinheiras da CS – um processo turbulento e desafiador para o espaço e para a comunidade. Por um lado, esse passo possibilitou a perspectiva de uma nova rotina e mais tempo para que as três coordenadoras pudessem se dedicar a si mesmas e às suas questões familiares. Por outro, não houve uma transição dialogada e fluida com as novas cozinheiras, escolhidas por outro coordenador, o que prejudicou a construção desenvolvida ao longo de dois anos em torno dos aspectos nutricionais do preparo de uma alimentação saudável. Como exemplo, voltou-se a utilizar temperos industrializados em pó, reconhecidamente prejudiciais à saúde²⁹.

Assim, o ano de 2024 se encerrou com a comunidade em processo de adaptação aos novos ares e com Bizza, Jô e Socorro assumindo novos postos na CS: Bizza passou a coordenar a brigada de educação, liderando as atividades da Escolinha Formigueiro; Jô integrou a brigada da horta; e Socorro, a brigada de saúde.

As três entrevistas foram realizadas no território do Sol Nascente. A primeira, com Bizza, ocorreu na Cozinha Solidária, após o serviço do almoço, em um de seus últimos dias como cozinheira no local. Jô e Socorro optaram por conceder a entrevista juntas, a qual foi realizada na casa de Jô, durante um lanche da manhã.

3.1.1.1 Bizza

Essa entrevista ocorreu no espaço da Cozinha Solidária, nos fundos, área que é constantemente ocupada por diversos atores. Pouco antes desse momento, as crianças da Escolinha Formigueiro haviam acabado de se despedir, e o local havia sido organizado às pressas. A conversa foi fluida, sendo possível aprofundar todos os aspectos previamente previstos.

²⁸O processo de mudança das cozinheiras não será detalhado nesta dissertação, primeiramente por toda a coleta de dados ter se dado em momento anterior. Em segundo, apesar da compreensão de que a organização do movimento social em si é extremamente relevante, esta pesquisa focou seu olhar nos aspectos das percepções das entrevistadas sobre a Cozinha Solidária como espaço comunitário e programa. Ressalta-se que ainda há muito o que se estudar e escrever sobre a CS, incluindo processos como este, trabalho que será deixado para pesquisas futuras e/ou para outras pesquisadoras.

²⁹por serem produtos ultraprocessados (UPP), passando por várias etapas industriais e contendo aromatizantes, corantes e outros aditivos alimentares com funções cosméticas. Estes são associados com diversos tipos de doença como câncer e Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), o conceito de upp e suas repercussões na saúde das pessoas e do meio ambiente serão abordadas mais a frente com profundidade.

Quadro 4– Perfil Bizza (cozinheira)

Perfil da Bizza
Nome: Sirleide Araújo dos Santos, mas todos a chamam de Bizza.
Raça: Preta
Onde Nasceu: Barreiras – BA
Idade: 43 anos (15/08/1981)
Estado civil: Solteira
Filhos: Quatro (além do neto, que ela protagoniza a criação)
Grau de escolaridade: 6º ano do ensino fundamental, pretende voltar a estudar e tem o sonho de ser assistente social.
Moradia: Atualmente ainda vive de aluguel no Sol Nascente, pois ainda não teve tempo e condição financeira para construir sua casa no terreno conquistado pelo MTST.
Chegada no DF: Aos 17 anos (há 26 anos atrás), para trabalhar como doméstica. Já morou em Ceilândia, Samambaia e agora no Sol Nascente.
Relação com a CS: Cozinheira e coordenadora local da Cozinha Solidária, faz parte da Brigada de educação do movimento e organiza as atividades da Escolinha Formigueiro. Relata “viver a cozinha todo dia, o dia todo”.
Data de entrevista: 03/09/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Sou conhecida como Bizza – isso é coisa de baiano, da época em que tocava a música do Brizola, que eu não gostava. Meus irmãos começaram a me chamar assim para implicar, mas o apelido acabou pegando. Nasci em Barreiras-BA, perdi meus pais muito cedo, aos 10 anos, e vim para o DF para fugir da fome – eu passava fome lá. Não era bom, era muito difícil. Consegui um trabalho como empregada doméstica e vim morar em Brasília aos 17 anos. Trabalhava na casa de um pastor, uma casa muito grande, mas não dei conta do serviço e precisei sair para arrumar um emprego em um apartamento menor.

Trabalhei muitos anos fazendo faxina na casa dos outros e consegui criar meus filhos assim. Eu não sabia que era importante estudar; nunca ninguém me falou isso. Era como se a

minha mente fosse oca. A única coisa em que eu pensava era em ter uma família. Essa é a única coisa da qual eu me arrependo profundamente: não ter estudado. Só depois dos meus 30 anos é que entendi que estudar era importante, que eu precisava mudar minha vida de alguma forma. Caso contrário, meus filhos viveriam as mesmas dificuldades que eu.

Conheci o MTST quando ainda morava em Samambaia e o vi como uma forma de conseguir um terreno para mim. Comecei a participar das ocupações e, quando surgiu a proposta das Cozinhas Solidárias, entrei imediatamente para atuar como cozinheira. Hoje, coordeno a brigada de educação da CS, cuidando da Escolinha Formigueiro. O movimento transformou completamente a minha vida e a forma como vejo o mundo. Ensinou-me muito. Antes, eu vivenciava situações de machismo e racismo sem compreender que aquilo era um problema. Hoje, ao presenciar essas situações comigo e com outras pessoas no dia a dia, sinto profunda indignação.

Eu gosto muito de estar na Cozinha Solidária. Apesar de cansativo, é muito gratificante sentir que faço parte da construção de uma comunidade melhor, ajudar as pessoas e servir comida saudável para elas. Fiz muitas amizades aqui e tenho orgulho desse espaço.

Figura 13– Registro de Bizza segurando a bandeira do MTST, no dia da entrevista, perto da horta da CS



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

3.1.1.2Jô e Socorro

No mês seguinte, as outras duas cozinheiras escolheram realizar a entrevista juntas, sendo que Jô nos recebeu em sua casa para um lanche. Com a mesa posta com pão de queijo, bolo, suco e sanduíches, iniciamos nossa conversa.

Quadro 5– Perfil Jô (cozinheira)

Perfil da Jô
Nome: Jurailde R. A. Ferreira
Raça: Preta
Onde Nasceu: Santa Cruz de Monte Castelo - Paraná (PR)
Idade: 48 anos
Estado civil: Casada
Filhos: Três
Grau de escolaridade: Ensino médio incompleto
Moradia: Casa própria no Sol Nascente (conquistada pelo MTST)
Chegada no DF: Aos 17 anos (34 anos atrás) para trabalhar como doméstica.
Relação com a CS: Cozinheira e coordenadora local da Cozinha Solidária, faz parte da Brigada da horta do movimento e é a principal responsável pela horta comunitária da CS
Data de entrevista: 22/10/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Vim para Brasília aos 17 anos, em 1994, com a promessa de que trabalharia em uma casa de família e teria acesso aos estudos. Fiquei morando no Plano Piloto por quatro anos. Mas minha chegada ao DF não foi muito boa, não. Vim com a esperança de estudar, me formar e ser alguém na vida, mas, chegando aqui, me deparei com outra situação. Foi frustrante, mas depois me acostumei.

O MTST eu conheci através de um papelzinho que encontrei na caixa do meu correio, em 2015, dizendo que era uma oportunidade de não morar mais de aluguel. Desde então, eu

luto pelo movimento e, dois anos depois, conquistei minha moradia. Como vi que dava certo, quis permanecer no movimento para estimular as pessoas que não acreditavam que fosse possível. Tornei-me coordenadora e, depois, com a pandemia, surgiu a oportunidade de ajudar na cozinha.

Esse processo foi muito importante para mim. Eu aprendi muitas coisas, mas também é um pouco estressante, porque a gente vive 24 horas a Cozinha Solidária, com muitas responsabilidades e demandas. É uma mistura de sentimentos: eu ganhei minhas irmãs (Bizza e Socorro) e também já ajudei muitas pessoas, mas, nesse processo, também tive depressão e passei por situações ruins.

O que realmente me motiva na CS é cuidar da horta. Eu amo mexer com a terra e tenho sonhos muito grandes. Acredito que um dia vou ajudar a transformar o Trecho 2 do Sol Nascente em um bairro sustentável.

Quadro 6 – Perfil Socorro (cozinheira)

Perfil da Socorro
Nome: Maria do Socorro da Silva, mas todos a conhecem como Socorro
Raça: Preta
Onde Nasceu: Bom Jesus- PI
Idade: 52 anos (09/11/1972)
Estado civil: Solteira
Filhos: Quatro
Grau de escolaridade: 4º ano do ensino fundamental, mas não se vê voltando aos estudos, gostaria apenas de reaprender a escrever
Moradia: Casa própria no Sol Nascente (conquistada pelo MTST)
Chegada no DF: Aos 17 anos (34 anos atrás) para trabalhar como doméstica.
Relação com a CS: Coordenadora local da Cozinha Solidária, faz parte da Brigada de saúde do movimento e organiza as atividades junto a profissionais multidisciplinares para a

comunidade local. Sua atuação como cozinheira não é diária, mas se diz uma “faz tudo” da CS.
--

Data de entrevista: 22/10/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Sou Maria do Socorro da Silva, tenho 52 anos e vim do Piauí. Estudei até a 4ª série e gostaria de voltar a estudar, para reaprender a escrever. Tenho quatro filhos e quatro netos. Sou faxineira e, atualmente, vice-presidente do PSOL-DF. Já trabalhei muito tempo como faxineira em uma casa só, todo dia, todo dia, mas hoje as pessoas não estão mais querendo pagar os direitos, querem mais diarista mesmo, que não tem direito nenhum.

Esse trabalho político eu também faço para cumprir tarefa, política não me agrada, é muito difícil. Mas também não sei qual profissão eu gostaria de ter, estudar para ter alguma profissão, eu não sei. Cozinheira mesmo eu me tornei para não comer comida dos outros, porque, para mim, a melhor comida é a minha. Então, na minha primeira ocupação pelo MTST, lá na Samambaia, eu fui ajudar na cozinha e fiquei, então me tornei cozinheira de ocupação, coordenadora e cozinheira de ocupação. Eu gosto mesmo é de cozinhar para meus filhos, meus amigos, em momentos de celebração, para mim, cozinhar é isso, essa troca, porque comer é maravilhoso e aí vem alguém e elogia sua comida, eu amo essa parte. Mas não como trabalho, não quero mais, de jeito nenhum, um serviço na cozinha.

Conheci o movimento por um papelzinho que deixaram lá em casa. Na época, já conhecia Bizza e Jô de rosto, morávamos todas na Samambaia. Eu fui então para a ocupação e fiquei nove meses lá, precisei sair, mas continuei na coordenação, lutando, sempre nas reuniões e assembleias. Depois de um tempo, viemos para o Sol Nascente e, quando a Cozinha surgiu, mudou tudo, deu um novo propósito para tudo, o movimento teve mais vida e nós três ficamos inseparáveis.

Eu fiquei na cozinha durante o primeiro mês, no lugar da Bizza. Depois eu fiquei mais no papel de “faz tudo”: onde precisa de mim, eu vou. Se precisar cozinhar, eu vou; se precisar arrumar o espaço, eu vou; se precisar mexer na horta, eu vou. É a coisa da militância mesmo, a gente faz o que precisa ser feito. Hoje, meu papel na Cozinha Solidária é coordenar a brigada de saúde do movimento. Eu acho muito importante estar nessa brigada, porque a gente vê que a população não está bem mentalmente e, quando eu precisei de ajuda, o movimento me ajudou.

Figura 14– Registro de Jô e Socorro, no dia da entrevista, em frente à mesa de lanche preparada por elas



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

3.1.2 As agricultoras

Atualmente, fortalecida pelo Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), a Cozinha Solidária do Sol Nascente recebe semanalmente alimentos *in natura* e minimamente processados. Além disso, conta com doações alimentícias e também realiza as próprias compras com um fundo solidário, construído por doações de parceiros.

Na modalidade de aquisição de alimentos pelo PAA (que aqui se aplica ao escoamento da produção da Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã), constrói-se uma importante relação de certeza e confiança, uma vez que, amparada pela política pública, garante-se o recebimento dos alimentos e, consequentemente, a produção das refeições. Dessa forma, firma-se uma ponte estável entre campo e cidade, ou melhor, entre roça e cozinha, fortalecendo tanto o projeto da cozinha quanto as agricultoras fornecedoras de alimento.

Dessa forma, a percepção da Cozinha Solidária pelas agricultoras da AAMRAC é um olhar externo ao movimento MTST, mas conectado com sua realidade e alinhado a seus ideais. Ademais, reflete a realidade dessas agricultoras familiares a partir de um olhar mais sistêmico, que aborda não só a Cozinha Solidária, mas também suas interconexões com as políticas públicas de SAN, com os movimentos sociais do campo e da cidade, bem como a trajetória de vida das mulheres associadas a esses movimentos.

As duas agricultoras entrevistadas são assentadas do MST, solteiras, e tocam sua produção agroecológica de maneira independente. Ambas vieram do Nordeste ainda na adolescência, em busca de novas oportunidades. Cada uma iniciou sua conexão com a terra e com a produção de alimentos de maneira diferente, mas, hoje, orgulham-se de construir e participar de uma associação de e para mulheres produtoras de alimentos agroecológicos.

Como o contato com essas participantes não se deu previamente ao momento da entrevista, propôs-se uma caminhada na propriedade de cada uma, ocasião em que as agricultoras apresentaram suas produções, partilharam receitas e métodos de cultivo, bem como iniciaram trocas sobre como chegaram ao assentamento e como se sentem em relação a ser agricultoras. A partir dessa aproximação, foi possível iniciar as perguntas do roteiro previamente desenvolvido.

3.1.2.1 Ivanildes

Esta agricultora foi a primeira entrevistada de toda a pesquisa e também a primeira experiência da pesquisadora com entrevista semiestruturada. Assim, o momento foi desafiador e, felizmente, surpreendente. A conversa se iniciou com uma volta pelo terreno de IV e com uma conversa livre sobre o espaço, a partir da qual foram apresentadas as variedades de plantações, algumas técnicas de cultivo e a conexão com aquele lugar. Após esse momento, sentamos em seu quintal para dar continuidade à entrevista.

Quadro 7– Perfil Ivanildes (agricultora agroecológica e fornecedora de alimentos para a CS)

Perfil da Ivanildes
Nome: Maria Ivanildes de Souza
Raça: Parda
Onde Nasceu: Maranhão
Idade: 57 anos (05/04/1967)
Estado civil: Solteira
Filhos: Nenhum (mas mora com a sobrinha adolescente)
Grau de escolaridade: Ensino médio completo

Moradia: Assentada rural (Assentamento Canaã MST)
Chegada no DF: 1985 (aos 18 anos)
Relação com a CS: Fornecedora de alimentos <i>in natura</i> . É a presidente da Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã (AAMRAC).
Data de entrevista: 15/08/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

As pessoas me chamam de Ivanildes. Eu saí do Maranhão para conseguir um emprego melhor, vim para Brasília para trabalhar em casa de família. Nunca tinha pensado em trabalhar em roça, eu não gostava de roça, mas um dia um amigo me chamou para o movimento e eu estava em um processo depressivo, então eu decidi vir do dia para a noite, assim. Quando eu cheguei, não sabia o que era nada, não sabia o que era o Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST), não sabia o que era o Instituto Nacional de Colonização e Reforma Agrária (INCRA), não sabia nada mesmo.

Então, quando cheguei na minha primeira ocupação, me colocaram para ajudar na cozinha de lá, depois no mercadinho, e assim eu fui aprendendo. Quando eu consegui a minha terra, tive que aprender tudo sobre mexer em planta no dia a dia. Fui fazendo, fui aprendendo, fui tomando conhecimento. E hoje, todo o conhecimento que eu tenho de hortalça, de proteção, para cuidar do meio ambiente, né, assim, foi um caminho que veio do MST.

Hoje eu sou presidente da AAMRAC, que a gente criou para ficar mais organizada. São 25 mulheres agricultoras agroecológicas, quase todas sozinhas, sem marido, nós mesmas que tocamos a produção. Nós temos nossas regras e tem que seguir para ficar, não pode usar nenhum tipo de veneno, tem que ser orgânico de verdade. A partir disso, a gente conseguiu entrar em mais projetos do governo, se organizou melhor para as feiras e para as Comunidades que Sustentam a Agricultura (CSA). Enfim, é bem melhor de conseguir as coisas pela associação.

Agora estamos com o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). Assim que a gente conseguiu isso, os alimentos eram enviados lá para o SESC, mas eu conheci a Bizza e vi que a Cozinha Solidária era muito mais alinhada com a gente, então mudamos para lá. Eu vejo assim: o pouco que a gente tem precisa fortalecer quem está do nosso lado, até porque a agricultura familiar não tem espaço com a direita.

Hoje essa parceria dá muito certo. A gente leva o que tem semanalmente, uma média de 50 caixas. Elas são nossa prioridade, só entregamos em outro lugar se elas não precisarem de tudo. E a gente, da associação, gosta de entregar lá porque o projeto é muito legal, dá uma segurança para quem não tem nada, as pessoas podem saber que, pelo menos, a comida elas vão ter, já é uma preocupação a menos. A comida lá é só o ouro e, se a comunidade soubesse de onde vem (alimentos agroecológicos e da agricultura familiar), iria apreciar ainda mais.

Figura 15– Registro de Ivanildes, no dia da entrevista, em sua propriedade, entre canteiros de produção



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

3.1.2.2Chica

Assim como ocorreu com Ivanildes, a aproximação com a agricultora Chica também se deu por uma caminhada de apresentação do seu terreno. Nesse caso, percebeu-se uma conexão muito forte com o espaço e com a agroecologia; ela afirmou diversas vezes que aquele espaço era a conquista de um sonho. Nesse sentido, Chica explicou várias práticas agroecológicas de produção, bem como compartilhou diferentes receitas com folhas de hortaliças, plantas alimentícias não convencionais e frutas diversas. A conversa com essa entrevistada foi longa e proveitosa.

Quadro 8– Perfil Chica (agricultora agroecológica e fornecedora de alimentos para a CS)

Perfil da Chica
Nome: Francisca Sousa
Raça: Parda
Onde Nasceu: Maranhão
Idade: 63 anos
Estado civil: Solteira
Filhos: Duas
Grau de escolaridade: 7º ano do ensino fundamental
Moradia: Assentada rural (Assentamento Canaã MST)
Chegada no DF: 1979 (aos 19 anos)
Relação com a CS: Fornecedora de alimentos <i>in natura</i> . Membro da Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã (AAMRAC).
Data de entrevista: 30/08/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Eu vim para Brasília com a minha família porque lá no Maranhão não tinha muita oportunidade, não tinha muito estudo. Quando cheguei aqui, fui trabalhar de diarista. No primeiro momento, foi muito difícil, porque eu só conhecia casa de chão batido e tive que ir trabalhar na casa das madames, tudo era diferente e eu não tinha conhecimento na época. Eu ficava muito cansada no final do dia e, por isso, não consegui continuar os estudos. Minha filha até fala que, se eu não tivesse parado de estudar, hoje teria outro emprego.

Morei em Ceilândia-DF por muitos anos, criei minhas filhas lá, mas, quando elas foram crescendo, começando a trabalhar, eu quis entrar no MST. Decidi isso porque, uma vez, eu vi um evento do movimento lá na Esplanada, todas aquelas pessoas de vermelho, e eu amo vermelho, aquilo ficou na minha cabeça. Anos depois, vi uma reportagem que mostrava as pessoas acampadas aqui na BR e eu resolvi vir também. Foram muitos anos entre acampar e

conseguir a moradia, mas valeu muito a pena, eu amo estar na roça, sempre foi meu sonho ter uma terra assim.

Hoje tenho minha produção agroecológica, faço minhas entregas pelo CSA para meus coagricultores e também tem o PAA, que envio toda segunda-feira para a Cozinha Solidária. Eu mando banana e mandioca. Eu acho boa essa relação com a Cozinha pelo PAA, porque me dá mais segurança financeira. Mesmo o pagamento não sendo todo mês, é uma certeza que vou receber aquele dinheiro, não preciso ficar me preocupando em como vou escoar minha produção.

Figura 16– Registro de Chica, no dia da entrevista, mostrando sua produção



Fonte: Acervo pessoal da autora (2024).

3.1.3As mães

Ampliando a atuação do MTST na luta por direitos, a Cozinha Solidária do Sol Nascente iniciou o programa de reforço escolar, no qual crianças da comunidade passam duas horas no contraturno (manhã ou tarde) no espaço da CS, onde também realizam uma refeição. Atualmente, o espaço atende, em média, 30 crianças de 5 a 9 anos.

O reforço é a maneira pela qual a CS materializa um projeto que faz parte de todo o movimento e está em todas as Cozinhas Solidárias: a escolinha Formigueiro. Esta pode ocorrer em diferentes formatos, de acordo com as necessidades da comunidade, a

disponibilidade da coordenação local e as possibilidades do espaço. No Sol Nascente, optou-se pelo modelo de reforço escolar por se perceber que as crianças da comunidade apresentavam dificuldades de aprendizado, especialmente de leitura, escrita e contas básicas. Pretende-se ampliar a atuação da escolinha Formigueiro nos próximos anos.

Além disso, a CS conta com o projeto Infância Saudável, que, atualmente, ocorre a cada quinze dias, aos sábados. Nele, a proposta é proporcionar um ambiente de acolhimento, carinho, diversão e saúde para as crianças da comunidade. A maioria das crianças que frequentam o reforço escolar também participa do Infância Saudável, fortalecendo os laços da comunidade e promovendo um ambiente seguro para o desenvolvimento infantil.

Dessa forma, as crianças representam um grupo central de atores envolvidos na dinâmica da Cozinha, ocupando esse espaço de maneira regular e de diferentes formas. Assim, considerou-se relevante representá-las de alguma maneira nesta pesquisa. Optou-se por entrevistar mães dessas crianças, partindo do entendimento de que a inclusão das crianças na rotina e nos projetos da CS é uma forma de construir, também, uma rede de apoio social. Para apreender percepções mais reais, conforme a metodologia pré-definida, considerou-se o grupo de mães relevante para a análise das percepções da Cozinha, uma vez que refletem suas contribuições para as crianças e suas famílias.

Há aspectos do combate à fome e da promoção da alimentação saudável que são indissociáveis do protagonismo das mulheres em seus territórios e no sistema alimentar. A partir dessa perspectiva, a maternidade se coloca como central, pois, além de estarem formalmente envolvidas com o sistema alimentar (trabalho produtivo), como agricultoras e cozinheiras, as mulheres também são a base invisível da economia, por meio do cuidado (trabalho reprodutivo). A alimentação dentro e fora de casa depende fundamentalmente do trabalho feminino: são as mães que alimentam os filhos desde o nascimento até a vida adulta e, muitas vezes, não são valorizadas por isso. Assim, a inclusão dessas participantes representa não só a participação de seus filhos na CS e a consequente rede de apoio formada, mas também a centralidade da maternidade no combate à fome.

Para realizar as entrevistas com as mães, foi necessária a indicação das cozinheiras da CS e o contato prévio com elas. As duas que se interessaram em participar da pesquisa habitam no Sol Nascente e conquistaram seus terrenos pelo MTST. Além de contarem com o reforço escolar e com o projeto Infância Saudável como apoio a suas rotinas, participam de atividades propostas na CS. Ambas abriram as portas de suas casas para as entrevistas.

3.1.3.1Luanna

Esta entrevistada se mostrou tímida e reservada, porém muito disposta a contribuir. Ao chegar em sua casa, ela apresentou seus dois filhos e serviu uma água, convidando para sentar no sofá de sua sala. A conversa se iniciou de forma espontânea, a partir de trocas sobre a Cozinha Solidária e suas significações, e continuou com a trajetória dela até o Sol Nascente. Ela também trouxe, com frequência, histórias de seus filhos.

Quadro 9– Perfil Luanna (moradora do Sol Nascente e mãe de uma das crianças que frequenta a Escolinha Formigueiro)³⁰

Perfil da Luanna
Nome: Luana Santana Araújo
Raça: Branca
Onde Nasceu: Maranhão
Idade: 28 anos
Estado civil: Casada
Filhos: Três
Grau de escolaridade: 6º ano do ensino fundamental
Moradia: Casa própria no Sol Nascente
Chegada no DF: Primeiro na adolescência, para trabalhar como babá, mas retornou para o Maranhão. Voltou aos 20 anos para acompanhar o Marido.
Relação com a CS: Mãe de uma das crianças que frequenta a escolinha formigueiro diariamente. Eventualmente também almoça e participa de atividades na CS.
Data de entrevista: 28/11/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

³⁰ Esta entrevistada escolheu registrar a foto do momento da entrevista junto com seus filhos e, por motivos de preservação da imagem dessas crianças, a foto não foi adicionada ao texto.

Eu vim do Maranhão para cuidar de duas meninas. Estava na sexta série, e a mulher que ia nos receber disse que já estávamos matriculadas na escola, mas era mentira. Então o conselho tutelar bateu na porta: ou a gente estudava ou voltava para o Maranhão. Eu voltei e, depois, só vim para o DF com o meu marido. Até meus treze anos eu passava muita fome; lembro que ia para a escola com fome e voltava já com fome também. Agora as coisas estão mais fáceis um pouco: eu e meu marido tentamos dar o melhor para eles, para que não passem pelo que eu passei.

Sempre morei no Sol Nascente, mas antes a gente morava de aluguel. Conquistar esse terreno ajudou muito, porque aluguel é muito caro. Agora a vida está melhor. Meu marido trabalha como ajudante de serralheiro aqui na comunidade mesmo, e eu sou dona de casa, fico cuidando das coisas aqui. Acho que, em Brasília, tem mais oportunidade e eu gosto de morar aqui, gosto da vizinhança e me sinto segura.

Depois que construímos nossa casa aqui, em 2023, começamos a ir à Cozinha Solidária. A comida de lá é uma delícia, mas hoje estou cozinhando mais em casa. Quem mais frequenta a CS são meus filhos, principalmente o mais velho, que vai ao reforço escolar toda terça e quinta e, a cada quinze dias, no sábado, para o Infância Saudável. Ajuda muito a gente, dá mais tempo para resolver outras coisas e também meu filho precisa mesmo de reforço, pois tem dificuldade e as aulas particulares são caras. Então é ótimo ter essa oportunidade lá na Cozinha.

3.1.3.2Vivi

A entrevista de Viviane foi realizada na sala de sua casa e foi a conversa mais curta da pesquisa. Entretanto, a participante foi muito receptiva, além de objetiva em seus pensamentos. Ela também foi a mulher mais jovem a ser entrevistada, trazendo reflexões diferentes, uma vez que quem de fato participa do movimento social e nele se engaja politicamente é sua mãe. Vale pontuar que esta foi a última entrevista realizada, o que facilitou a condução do roteiro semiestruturado pela pesquisadora.

Quadro 10– Perfil Vivi (moradora do Sol Nascente e mãe de uma das crianças que frequenta a Escolinha Formigueiro)³¹

Perfil da Vivi
Nome: Viviane da Silva
Raça: Preta
Onde Nasceu: Taguatinga - Distrito Federal
Idade: 27 anos (07/09/1997)
Estado civil: Casada
Filhos: Uma
Grau de escolaridade:
Moradia: Casa própria no Sol Nascente
Chegada no DF: -
Relação com a CS: Mãe de uma das crianças que frequenta a escolinha formigueiro diariamente. Eventualmente também almoça, auxilia na manutenção da horta e participa de atividades na CS.
Data de entrevista: 02/12/2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Eu me chamo Viviane, hoje sou dona de casa, fico o dia cuidando da minha filha e das coisas do lar. Nasci em Taguatinga-DF e fui criada em Samambaia-DF. Vim aqui para o Sol Nascente quando minha mãe conseguiu o lote, para ela ficar mais perto da neta. Eu gosto de morar aqui, é tranquilo e também tem muitos benefícios que nos ajudam. Chega muita doação e tem muitos projetos também.

Percebo que a Cozinha Solidária é muito importante na minha rotina. Eu e minha família sempre almoçamos lá e o reforço escolar é muito bom para as crianças (minha filha e minha irmã). As meninas lá da CS dão muita atenção, elas aprendem muito e também é ótimo para eu poder fazer as outras coisas que preciso enquanto elas estão lá. Além disso, eu

³¹A participante optou por não realizar um registro fotográfico.

também participo de algumas atividades às vezes, como a roda de mulheres e os mutirões da horta. Apesar de não ser muito sociável, eu gosto de ir lá.

Acho muito importante que o movimento junte essas duas coisas, alimentação e moradia, porque a gente, sem alimento, não é nada, e sem casa também não. São duas coisas que são necessárias, elas se interligam bastante. Sem casa e sem comida a gente não vive, a gente sobrevive.

3.2 Primeiras reverberações das entrevistas

Primeiramente, ressalta-se o papel das entrevistas como parte fundamental no desenvolvimento da pesquisa e também no percurso formativo da própria pesquisadora. A partir das trajetórias de vida e das percepções compartilhadas pelas mulheres entrevistadas, foi possível observar diversas correlações, tanto entre elas mesmas quanto em relação aos registros dos diários de campo e ao referencial teórico adotado.

Em um primeiro momento, identificou-se que a Cozinha Solidária é percebida como um espaço de alimentação saudável, mas também como um ponto focal de encontro, cuidado e apoio à comunidade do Sol Nascente.

Os alimentos servidos foram descritos com palavras de afeto pelas cozinheiras e agricultoras, que associam a qualidade nutricional da comida às práticas de cultivo e preparo. Essa conexão evidencia dimensões de soberania e segurança alimentar e nutricional, refletindo uma relação de cuidado com a comida que dialoga com saberes e práticas culturalmente situados e com princípios de harmonia entre as pessoas e a natureza. As mães, moradoras da comunidade, também apontaram a alimentação como saudável, destacando especialmente a diversidade de alimentos ofertados nas refeições da Cozinha, em contraste com o que geralmente está disponível em suas casas.

As cozinheiras identificaram a Cozinha Solidária como “uma mistura de sentimentos”, expressão que carrega a força simbólica e emocional do espaço. Para elas, o projeto funciona como uma alavanca para o movimento social e é de extrema importância para a comunidade, o que gera sentimento de pertencimento e felicidade em participar. Nesse sentido, destacaram o valor das brigadas de educação, horta e saúde, por responderem tanto às necessidades da comunidade quanto aos interesses das próprias mulheres envolvidas. No entanto, relataram também cansaço e sobrecarga, devido à indefinição de funções e à dedicação praticamente integral ao projeto, tanto nas tarefas diárias dentro da cozinha quanto na representação do movimento em outros espaços.

As agricultoras, por sua vez, enxergam a conexão entre a Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã e a Cozinha Solidária como uma ferramenta estratégica no combate à fome, especialmente pela entrega de alimentos “sem veneno”, aspecto frequentemente reiterado por elas nas entrevistas. Demonstraram interesse em fortalecer essa parceria, por compreenderem que o alimento cultivado por elas alimenta quem mais precisa.

O protagonismo das mulheres foi um eixo central na análise dos dados. A relação do feminino com a alimentação remonta à história da formação cultural dos povos, ao mesmo tempo em que expressa as contradições desse processo. Ao longo do tempo, as mulheres tornaram-se responsáveis pelo cuidado da casa, da saúde, da educação e da alimentação, transformando tais dimensões em obrigações tradicionalmente femininas (Esteve, 2017). Todavia, são também elas as que enfrentam maiores obstáculos no acesso à terra, a créditos e a espaços de decisão, o que acentua a vulnerabilidade, inclusive no que diz respeito à alimentação, sendo as mulheres mais afetadas pela fome do que os homens (Esteve, 2017).

Neste emaranhado de significações do “ser mulher”, as reverberações do sistema alimentar dominante mobilizam lutas, tanto no campo quanto na cidade, por uma vida com soberania e segurança alimentar e nutricional, a partir de uma perspectiva feminista e agroecológica.

A partir dessas reflexões iniciais, reafirma-se o quadro de categorias analíticas apresentado no **Capítulo 1**, entendendo que ele reflete os principais temas abordados pelas entrevistadas, em diálogo com o que foi observado durante a etapa exploratória da pesquisa³².

Quadro 11– Categorias de análise

Categorias de análise	Temas (Códigos)
A CS e a alimentação saudável	Fome, segurança alimentar e nutricional, alimentos saudáveis e agroecologia.
Espaço da comunidade	Saúde, educação, segurança, convivência.
Conexão entre movimentos sociais	Campo e cidade, conhecimento, política, aprendizados.
Trabalho e sobrecarga feminina	Rotina, sentimentos, cansaço, função.

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

³²Algumas partes importantes das conversas com as participantes não foram retratadas nesta dissertação a fim de conservar a imagem das mesmas, entretanto foram fundamentais no desenvolvimento das análises.

4 A ALIMENTAÇÃO COMO FIO CONDUTOR DE NOVOS FUTUROS POSSÍVEIS

Uma vez dentro do território e do local de estudo, com as múltiplas informações coletadas e sentidas, inicia-se o processo de análise. Aqui, não se pretende abranger a realidade em sua totalidade, mas sim aprofundar as questões norteadoras da pesquisa e responder a seus objetivos.

Após os caminhos já percorridos, retorna-se às perguntas: Como a comunidade local do Sol Nascente percebe a Cozinha Solidária em seu território? Como a alimentação servida é percebida? Qual a relação das cozinheiras com esse espaço e como elas percebem a Cozinha Solidária dentro da comunidade? Como as agricultoras e os agricultores que fornecem alimentos para a Cozinha Solidária percebem esse espaço em relação ao combate à fome e à garantia da segurança alimentar? De quais maneiras a Cozinha Solidária se insere na resistência ao atual sistema alimentar hegemônico? E como esse projeto ressignifica conexões entre o campo e a cidade a partir da articulação entre os movimentos sociais?

Retoma-se também os objetivos da pesquisa, sendo o geral: analisar percepções de atores sobre a Cozinha Solidária do Sol Nascente e sua contribuição para a garantia da soberania e segurança alimentar e nutricional (SSAN) no Distrito Federal. E os específicos: (a) caracterizar atores envolvidos no projeto da Cozinha Solidária do MTST no Sol Nascente, bem como a própria cozinha, a partir das características da comunidade; (b) sistematizar percepções e significados da Cozinha Solidária da comunidade do Sol Nascente, relacionando-os entre si; (c) relacionar as percepções encontradas com as características do sistema alimentar local e com o combate à fome.

Entendendo que parte das perguntas e objetivos já foi respondida ao longo dos capítulos anteriores, este capítulo fecha o ciclo de análises e permite uma compreensão ampliada do território, da CS e das percepções apuradas. A análise se deu a partir das entrevistas realizadas com as três cozinheiras e coordenadoras da Cozinha Solidária (Bizza, Jô e Socorro), bem como com as agricultoras da AAMRAC (Ivanildes e Chica) e com as mães (Luanna e Vivi). Para isso, foram fundamentais as trajetórias de vida sistematizadas, as quais permitem conectar aspectos das histórias de vida com o fomento de um projeto de sistema alimentar saudável, solidário e justo.

A análise das entrevistas foi associada à pesquisa etnográfica e dialogada com referenciais teóricos, refletindo os olhares da pesquisadora a partir dos três grupos participantes e as principais reflexões, por meio da categorização das entrevistas e da análise de conteúdo. Aqui, é feita uma aproximação a reflexões pulsantes durante a pesquisa exploratória, que foram confirmadas pelas entrevistas.

Estas reflexões e análises se conectam com referenciais teóricos acerca dos movimentos sociais no Brasil, em especial o MTST e o MST; a construção do território periférico; a cozinha, o ato de cozinhar e suas relações com o “ser mulher”. A formação de tal enredamento se constrói a partir da existência do projeto da Cozinha Solidária e de sua centralidade nesta pesquisa. São ressaltadas as pontes construídas entre a cidade e o campo, protagonizadas por mulheres, na luta pela garantia de todos os direitos.

4.1 Entrelaçando percepções: as categorias de análise

Uma vez que os dados foram obtidos e interpretados, foi realizada a codificação a partir das unidades e temas. Esses temas foram definidos a partir de indicadores de importância, sendo o principal a frequência de aparição, mas também se atentou à ausência (aos silêncios), à simples aparição, à intensidade e à direção (positiva/negativa) de algum tema. A priori, os temas encontrados foram: fome, segurança alimentar e nutricional, alimentos saudáveis, saúde, educação, segurança, convivência, campo e cidade, conhecimento, aprendizados, rotina, sentimentos, cansaço e função. Foram feitas medidas de coocorrência entre temas, verificando se apareciam associados, em oposição ou em equivalência.

Posteriormente, estes foram agrupados a partir das qualidades de uma categoria, demonstradas por Bardin (1977), sendo elas: exclusão mútua, homogeneidade, pertinência, objetividade e produtividade. Assim, chegou-se às quatro categorias que sintetizam as principais percepções das entrevistadas acerca da Cozinha Solidária. A primeira categoria, “A CS e a alimentação saudável”, aborda o serviço das refeições no espaço e a relevância dessa alimentação no dia a dia da comunidade, bem como a procedência dos alimentos, o cardápio ofertado e a função dessa comida para além de suprir a necessidade básica de se alimentar. Esta categoria se conecta com os debates sobre soberania e segurança alimentar e nutricional e com o combate à fome.

A segunda categoria, “Espaço da comunidade”, explora a CS como um espaço de convivência e organização política, um lugar de apoio para a comunidade do Trecho 2 do Sol Nascente e de fortalecimento do MTST em suas ações. Aqui, debatem-se as percepções sobre o projeto para além da alimentação, englobando aspectos de saúde, educação, segurança e convivência. A terceira categoria, “Conexão entre movimentos sociais”, reflete especialmente as entrevistas das cozinheiras e das agricultoras e seus envolvimento com os movimentos sociais MTST e MST, bem como a conexão entre eles, seja pelo fornecimento e preparo de alimentos, seja por sua característica educadora e emancipadora.

Por fim, a quarta categoria, “Trabalho e sobrecarga feminina”, reflete as diferentes rotinas das mulheres envolvidas com a CS e sua relação, de alívio ou sobrecarga, com ela. Aqui, reforça-se o espaço de cuidado e trabalho das mulheres em todo o sistema alimentar, bem como a construção de uma rede de apoio social, embora ainda assoberbada.

4.1.1A Cozinha Solidária e a alimentação saudável: perspectivas através da produção agroecológica e da comida de verdade

A conexão da Cozinha Solidária do Sol Nascente com a construção de sistemas alimentares mais sustentáveis foi percebida durante toda a pesquisa – desde os momentos exploratórios e a observação da relação próxima com a horta agroecológica do local até as entrevistas, quando se confirmou pelas falas que se enxergava na CS uma construção mais saudável e sustentável da relação com o alimento.

O processo permitiu perceber a alimentação por um viés antropológico, o qual proporciona uma vasta abrangência da temática, perpassando pelos conceitos (saber) e tabus (proibições) e possibilitando abarcar os aspectos sociais, culturais, biológicos e políticos da mesma. Analisar as práticas e representações do consumo alimentar possibilita concretizar, em alguma medida, a forma como a sociedade em questão reproduz seu modo de vida e sobrevivência (Canesqui, 1988). Para Lévi-Strauss (1964, 1965), o cerne do problema é a cozinha como lugar de encontro entre natureza e cultura.

A presente categoria de análise inclui os códigos: fome, segurança alimentar e nutricional, alimentos saudáveis e agroecologia. Esses códigos apareceram em todas as entrevistas, sendo os aspectos relacionados à saudabilidade dos alimentos os mais frequentes. Observou-se que a Cozinha Solidária é percebida como um ambiente de promoção de saúde, o que se inicia com o serviço de refeições completas e equilibradas.

O primeiro elo percebido entre a realidade observada e a luta pela construção de novas possibilidades de sistema alimentar foi a agroecologia, como ciência, movimento e prática (Wezel *et al.*, 2009). Esse elo se dá, primeiramente, pela urgente necessidade de mudar as relações entre os humanos e a natureza, o que é evidenciado pelas mudanças climáticas e seus impactos na agricultura, na saúde e na alimentação (Atwoli *et al.*, 2021).

A partir desse cenário e da urgente necessidade de consolidação de agroecossistemas mais resilientes, que possam contribuir efetivamente tanto como estratégia de adaptação quanto como forma de mitigação dos efeitos das mudanças climáticas (Marchetti *et al.*, 2023), os movimentos sociais englobam a agroecologia em suas práticas e lutas.

Movimentos sociais do campo têm promovido articulações em nível local, regional e nacional que direcionam, neste sentido, para a construção de territórios camponeses agroecológicos, autossuficientes e resilientes, com vistas a suprir demandas por alimentação saudável, água potável, trabalho, saúde, educação e habitação. Diversas iniciativas desenvolvidas pelo Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST) evidenciam como a agroecologia tem sido determinante no processo de reconstrução de ambientes degradados pelo agronegócio, apresentando caminhos metodológicos, práticos e tecnológicos promotores da transição agroecológica (Marchetti *et al.*, 2023, p.400).

Assim, foi percebido que a alimentação da CS, de fato, se propõe a ser saudável em um sentido amplo, conectando os sistemas de produção e de consumo, relacionados tanto à horta agroecológica do local quanto aos alimentos provenientes da AAMRAC. A horta foi relatada como um espaço de integração da comunidade, mas também de saúde e alimentação saudável, uma vez que o que é plantado no espaço é utilizado no preparo das refeições.

“A Cozinha serve alimentação saudável e a horta ajuda nisso, a trazer comida saudável, trazer alimentação saudável. Por exemplo, ali eu vou entender que eu vou tirar da horta coisas que realmente eu vou saber que não tem veneno e levar para a cozinha para ser feito. E que ali não ter agrotóxico, nem veneno também é qualidade de vida. Trazer a horta para a Cozinha é qualidade de vida para as pessoas. Porque é um arroz, um feijão e sempre tem que ter uma verdurinha no meio ali. Eu acho isso muito gostoso” (Jô, cozinheira).

Esta fala elucida um entendimento comum entre as cozinheiras e as agricultoras: comida saudável é comida sem agrotóxicos. Trata-se de uma reflexão agroecológica importante, que dialoga com Shiva (2017), Esteve (2017), o que foi estipulado no Fórum Mundial sobre Soberania Alimentar (2001) e a LOSAN (Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006), ao compreender que promover a soberania e a segurança alimentar e nutricional (SSAN) também significa promover uma alimentação sem venenos e que seja saudável para as pessoas e para o meio ambiente. A partir dessa ampliação de percepções sobre a alimentação, ressaltam-se as observações das agricultoras sobre seu papel na promoção da SSAN e no desenvolvimento de sistemas alimentares mais sustentáveis:

“Hoje eu tenho a maior satisfação de trabalhar, mesmo apesar de todas as dificuldades, mas levar produção para as cidades sem veneno. Você tem certeza que é aquela pessoa que está comendo a sua comida, você tem certeza que ela não tem veneno.” (Ivanildes, agricultora).

A ciência da agroecologia se desenvolveu como alternativa e resistência ao modelo industrial de agricultura, tendo como fundamentos o conhecimento tradicional, a expressão cultural e o acúmulo de saberes acerca das técnicas agrícolas (Gliessman, 2017). As práticas agroecológicas podem ser diversas, mas carregam em seu cerne a conexão com saberes

ancestrais, bem como o respeito e a preservação da sociobiodiversidade (Bittencourt, 2021). Esses aspectos são fortalecidos por uma rede de movimentos e também pela própria agroecologia como movimento motor de transformações sociais.

Vale ressaltar que grande parte dos conhecimentos sistematizados pela agroecologia remonta a saberes ancestrais, provenientes de práticas e experiências acumuladas, o que valoriza a resiliência dos sistemas socioecológicos de interação entre diferentes seres (Marchetti *et al.*, 2023). Se, por um lado, o modelo hegemônico agrícola leva à redução de alimentos diversificados para a população brasileira, ao mesmo tempo em que aumenta a oferta de commodities (negligenciando a soberania alimentar), por outro, os movimentos sociais – exemplificados na CS – lutam para fazer exatamente o oposto: transformar terras improdutivas em produtivas e alimentar a comunidade local.

Assim, práticas agroecológicas foram observadas na própria Cozinha Solidária, na produção das agricultoras do Assentamento Canaã e na conexão entre os dois movimentos (MTST e MST). Como exemplo, ressaltam-se as seguintes situações: a manutenção, o cuidado e a relação com a horta da CS, bem como os projetos desenvolvidos ali; a produção conduzida pelas agricultoras do Canaã em Sistemas Agroflorestais (SAFs); as conexões políticas dos movimentos sociais com a alimentação e a SSAN; a união entre os espaços dos movimentos e as comunidades locais; e o conhecimento técnico e prático das agricultoras e de uma das cozinheiras acerca do manejo da terra.

Nas entrevistas com as agricultoras, confirmou-se a conexão dos processos agroecológicos como um aspecto da alimentação servida na CS, que mantém a saúde da terra, sem utilização de nenhum tipo de veneno, percorrendo poucas distâncias e valorizando o trabalho de mulheres agricultoras. Nesse sentido, ressaltam-se as entrevistas com as agricultoras que, ao longo da caminhada transversal proposta, apresentaram plantas alimentícias e medicinais, ensinando receitas diversas – como chás e sucos – como possibilidades medicinais, exatamente por serem cultivadas sem veneno. Além disso, ao longo da pesquisa exploratória, Jô (cozinheira da CS) frisou diversas vezes a importância da ausência de agrotóxicos na horta do espaço e sua conexão pessoal com a terra e seu manejo. Porém, produzir um alimento de tamanha qualidade não é nada simples, envolvendo muitas responsabilidades. Nesse sentido, IV ressalta: “Trabalhar com orgânico não é só uma responsabilidade, mas também você tem que gostar” (Ivanildes, agricultora).

Essas práticas se associam à luta pela soberania alimentar, a qual garante aos povos e suas organizações a incidência direta nas tomadas de decisão e estratégias territoriais em todo o ciclo de produção e consumo de alimentos (Bezerra, 2021). Tais conexões fortalecem a

alimentação como direito, sem condicionar o acesso a alimentos saudáveis às condições de lucro e acumulação (Stedile; Carvalho, 2012). Associar a alimentação ao poder aquisitivo é uma forma direta de violação do DHAAS, o que promove insegurança alimentar e nutricional, com recortes alarmantes de gênero, classe e raça.

A garantia da Soberania Alimentar pressupõe a transição para uma nova sociabilidade, isto é, uma sociedade além do capitalismo, pautada no sentido originário do alimento: bem indispensável à vida humana e, por isso, um direito de todos (Guerra, 2024).

Outro aspecto se relaciona com as qualidades sensoriais do almoço servido na Cozinha Solidária. As agricultoras ressaltam o valor da comida servida, destacando o tempero e o sabor da alimentação, fatores fundamentais ao pensar na saúde de maneira ampliada. “Nossa, a comida lá é só ouro. Toda vez que a gente vai fazer entrega, a gente almoça e é sempre uma delícia, as meninas capricham muito.” (Ivanildes, agricultora). E CH complementa, associando o sabor da comida às práticas de cuidado e zelo em todo o processo de produção e preparo dos alimentos:

“A comida de lá é uma delícia, né? Elas fazem tudo com carinho e a gente sente isso quando prova. É muito gratificante também a gente saber que nossos alimentos que a gente colhe com amor estão indo para aquela comida” (Chica, agricultora).

Essa percepção também é trazida pelas mães entrevistadas. Uma delas, além de valorizar a comida em si, observa que a CS é um espaço de saúde e oferta de alimentação saudável: “é muito gostosa a comida e é bom porque tem coisa saudável lá, isso para as crianças é ótimo [...] que aqui por perto não tem feira de coisa fresca” (Luanna, mãe).

Essas percepções se entrelaçam com a ideia de Comida de Verdade, que, de acordo com o Ministério da Saúde (2022), “é aquela que atende não apenas as nossas necessidades nutricionais, mas também respeita as nossas demandas psicossociais, culturais e as do meio ambiente” (Brasil, 2022). Falar de Comida de Verdade é pensar no direito humano à alimentação adequada e saudável por uma perspectiva popular. Percebe-se, então, uma conexão direta e clara entre as práticas agroecológicas e a Comida de Verdade, que caminham na direção da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e de seus aspectos de articulação da promoção da saúde, da cultura alimentar e da sustentabilidade econômica, social e ambiental (Ferraz, 2017).

As cozinheiras construíram relações entre as características saudáveis da comida com o trabalho realizado por elas, bem como com o acúmulo de conhecimento e a responsabilidade de alimentar muitas pessoas. “É bom você estar cozinhando ali aquela coisa gostosa, um temperinho. Por exemplo, quando a gente ia fazer um frango e sabia que tinha que colocar umas coisas saudáveis ali naquele frango, porque olha o tanto de gente que ia comer” (Jô, cozinheira). Ressalta-se que o sentimento comunitário amplia a responsabilidade de produzir e servir uma alimentação saudável. “Então assim, mudou o nosso jeito de tratamento com as pessoas, de não pensar só na gente, de trabalhar o coletivo, de querer fazer a melhor comida que tem pra eles comerem bem” (Bizza, cozinheira).

Dialogando com essas ideias, ao pensar em alimentação saudável, leva-se como princípio o exposto no Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014), um relevante norteador para as escolhas alimentares pensadas na coletividade, que baseia as orientações na diversidade da alimentação e na valorização de alimentos *in natura* e minimamente processados (Arantes, 2024). Trata-se de um instrumento de acesso público e linguagem acessível, que direciona a população a melhores escolhas alimentares e determina os princípios para uma alimentação saudável e promotora da saúde de pessoas, famílias e comunidades. Suas recomendações são essenciais para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), bem como para a construção de sistemas alimentares mais sustentáveis.

O Guia é uma grande referência, pois baseia-se na comida de verdade, cientificamente embasada, sem mirabolismos nutricionais. Para isso, é conduzido pela classificação NOVA de alimentos, que descreve quatro grupos de acordo com seus níveis de processamento e tratamento a que são submetidos, conforme o **Quadro 11** a seguir:

Quadro 12– Classificação de alimentos de acordo com a Nova

Classificação	Definição	Exemplos
(1) Alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados	Os alimentos <i>in natura</i> são obtidos diretamente de plantas ou de animais. Não sofrem qualquer alteração ou processamento. E os minimamente processados são alimentos <i>in natura</i> que precisam de algum processamento antes de chegar ao consumidor, mas que não têm adição de ingredientes ou	Legumes, verduras e frutas ao natural e grãos, cereais, etc.

	transformações que os descaracterizam.	
(2) Ingredientes culinários	Este grupo se traduz pela necessidade de cozinhar e temperar os alimentos, para criar preparações culinárias. Quando utilizados de maneira balanceada, fazem parte de uma alimentação saudável.	Como óleos, azeite, sal e açúcar.
(3) Processados	Esta é composta por itens do primeiro grupo (<i>in natura</i> e minimamente processados) modificados por processos industriais relativamente simples e que poderiam ser realizados em ambiente doméstico	Como alimentos em conserva, frutas em calda, queijos e pães artesanais.
(4) Ultraprocessados	Formulações de substâncias obtidas por meio do fracionamento de alimentos, são frequentemente adicionados de corantes, aromatizantes, emulsificantes, espessantes e outros aditivos, além de usualmente altos em gordura saturada, sódio e açúcar.	Como vários tipos de biscoitos, sorvetes, balas e guloseimas em geral, sopas, macarrão e temperos ‘instantâneos’, molhos, salgadinhos “de pacote”, refrescos, refrigerantes, etc.

Fonte: Elaborado pela autora com referência no Guia Alimentar Para a População Brasileira (Brasil, 2014).

A partir disso, a principal recomendação para uma alimentação saudável – para as pessoas e para o planeta – é que seja baseada no primeiro grupo, evitando-se o terceiro e o quarto. Ademais, o Guia revela a importância de valorizar alimentos locais e culturais, bem como a partilha dos momentos de alimentação com pessoas queridas.

Assim sendo, as cozinheiras apresentam práticas de preparo que estão de acordo com o proposto no Guia Alimentar, trazendo aspectos importantes sobre a não utilização de temperos prontos (ultraprocessados) e a valorização de ingredientes *in natura*.

“Tem muita gente que, para fazer uma carne, joga tanta porcária lá dentro e você não tem noção do que é saudável. Então, assim, a cozinha solidária também vem com a nutrição para dar essa pegada que para a gente fazer comida saudável, não precisa você usar caldo kinor, sazon, glutamato, esse monte de coisa [...] Então isso aí também entra dentro da caixinha do que é comida saudável” (Jô, cozinheira).

Essa fala traduz práticas que foram percebidas ao longo de toda a pesquisa. Observou-se também o interesse e o engajamento das cozinheiras na temática da alimentação saudável, abertas para a troca de conhecimentos com as pessoas voluntárias do espaço, com a comunidade e entre si. Assim, pode-se dizer que a Cozinha Solidária do Sol Nascente está de acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014) e participa da construção de uma realidade mais saudável e sustentável em sua comunidade, valorizando o ato de se alimentar para além da ação biológica. Tendo isso em vista, para garantir que todas as pessoas tenham acesso à comida de verdade, é necessário fortalecer as bases de produção justas e sustentáveis e que valorizem a diversidade como forma de resistência. Nesse processo, diferentes resistências e existências precisam se unir e se empoderar para lutar por seus direitos.

Outro aspecto trazido nas entrevistas, e relacionado com as trajetórias de vida dessas mulheres, foi o da fome. Isso se refletiu em relatos sobre a importância da CS no processo de superação de dificuldades vivenciadas previamente na vida das cozinheiras, principalmente relacionadas à escassez de alimentos.

“Eu fico muito feliz aqui porque aqui eu posso fazer muita verdura, muita verdura! Não precisa só fazer arroz e uma carne, que é o que a gente come normalmente... dá para colocar cor e variar a alimentação... então com isso a saúde das pessoas pode mudar, vai mudar. E aí eu me lembro que a minha mãe era feirante e não tinha comida na minha casa e isso mexe muito comigo” (Bizza, cozinheira).

Nesse sentido, apesar da crítica às ações estatais focadas apenas nas consequências visíveis, a mobilização da sociedade civil atua por outras linhas, especialmente quando o assunto é o enfrentamento da fome e da insegurança alimentar. No Brasil, nas décadas de 1970, 1980 e 1990, após a crise, as mobilizações civis se intensificaram em uma perspectiva de doação de alimentos, a partir do entendimento de que o direito à alimentação começa pela luta contra a fome.

Talvez o maior exemplo dessa mobilização seja a Ação da Cidadania contra a Fome, a Miséria e pela Vida, movimento criado pelo sociólogo Herbert de Souza, o Betinho. Desde 1993, esse movimento vem mobilizando diversos projetos, a partir de redes locais, com a participação de todos os setores sociais, na luta contra a fome e a miséria. Betinho e o movimento ficaram eternizados pelo lema “quem tem fome, tem pressa”. Esse lema ressoa até os dias de hoje, e a atuação da CS foi reconhecida dessa forma nas entrevistas, como pode ser observado nas seguintes falas das agricultoras:

“Elas fazem demais ali. É uma garantia. E lá você come à vontade também, sabe? É uma comida saudável, né? Até porque tem pessoas que às vezes não entendem tanto daquela comida que eles comem na cozinha. Porque eles não sabem, talvez que nem eu antes, que eu não entendia muito bem o que era alimento convencional, o que era orgânico, né? E talvez as pessoas ali, para eles, é uma comida qualquer. Mas se eles imaginassem a comida que eles comem ali, nossa, eles dariam mais valor ainda.” (Ivanildes, agricultora).

A agricultora, então, percebe de maneira positiva a ação de combate à fome da CS e também qualifica essa ação, uma vez que a alimentação servida é saudável e orgânica. Na mesma direção, outra agricultora afirma: “a comida saudável é aquela que é colhida e é orgânica, quando é assim não tem problema nenhum. Então é uma alimentação saudável para a família. Então você está ganhando saúde para a vida com a nossa alimentação” (Chica, agricultora). O fato de a Cozinha ofertar alimentos agroecológicos é um grande diferencial, principalmente por estar em um território periférico, sistematicamente excluído do acesso à alimentação saudável.

Nesse sentido, é fundamental destacar que a escolha alimentar depende do ambiente, da disponibilidade, do custo, das políticas governamentais e dos aspectos socioculturais em que o sujeito está inserido (IDEC, 2022). Isso se reflete na realidade de pessoas que habitam desertos e pântanos alimentares, a exemplo da comunidade do Sol Nascente, na qual a CS se posiciona como uma opção saudável em uma realidade não saudável. Ou seja, em um território com pouco acesso físico e financeiro a opções de alimentos in natura e minimamente processados, vinculado à facilidade de acesso aos produtos ultraprocessados, a CS se coloca como uma ferramenta social de garantia de SAN.

Essa questão foi observada por uma das mães entrevistadas:

“Pelo menos com quem eu convivo, tem sim uma alimentação saudável. Muito por causa da cozinha né. A gente normalmente vai sempre almoçar lá. Então sim, a comida é bem saudável, porque a gente come sempre lá na cozinha [...] Mas na comunidade de maneira geral a gente vê que as pessoas ainda comem muita coisa embalada, muito biscoito, muito salgadinho. Muito refrigerante, porque o que mais tem é pet na rua” (Vivi, mãe).

Ainda sobre as características do sistema alimentar local, Gomes (2015, p. 39) reitera o aspecto da incerteza, do sentimento de urgência para amenizar um risco iminente, para quem “a sobrevivência se transforma em uma luta cotidiana, marcada pelo imperativo do agora”. O ato de dar alguma certeza positiva de futuro parece ser, por si só, uma forma de garantir cidadania, ajudando na resolução de uma das urgências mais sensíveis ao existir: a da fome. Assim, possibilita-se que o cidadão se reposicione na sociedade, desvinculando o significado de cidadania do ideal de consumo. Aqui materializa-se a ideia de a Cozinha

Solidária estar “cozinhando a revolução”, uma vez que interpreta as pessoas e a comida a partir da relação com a garantia de direitos.

As problemáticas da fome e da falta de moradia digna estão unidas por suas origens: a desigualdade e a injustiça. O cidadão que vivencia a fome já foi previamente privado de muitos outros direitos. Uma vez que a fome é territorializada (Castro, 1984), seu combate não pode ser abstrato. Assim, as ações realizadas pelas cozinhas solidárias amarram as lutas do povo para o povo, a partir de um olhar do próprio território. Esses ambientes se desprendem da dependência dos grandes monopólios e constroem coletivamente proposições cidadãs que fogem da ideia de “alimento-mercadoria” e “cidadão-consumidor”.

O MTST relaciona as lutas por moradia e pelo combate à fome pela perspectiva de que o movimento social lê as crises de maneira localizada, temporal e espacialmente, a partir das experiências dos sujeitos (Sordi, 2023). “A noção de crise, vivida pelos sujeitos, foi traduzida enquanto experiências de organização que foram lidas pelo movimento social em sua dimensão formal” (Sordi, 2023, p. 6). A Cozinha Solidária é uma ferramenta para a prática de valores políticos, sociais e culturais (Sordi, 2023).

Aqui, vale pontuar que o termo “Cozinha” vem acompanhado de “solidariedade”, o que designa uma determinação política do projeto e gera reflexão fundamental para compreender tanto a união de lutas quanto a importância que a alimentação adequada e saudável tem nesse espaço. Assim, a solidariedade é conceito fundamental para o estabelecimento da relação entre o movimento e a cozinha, e entre a cozinha e a comunidade. A solidariedade é um conceito de luta para a classe trabalhadora (Westphal, 2008). O autor ainda ressalta que se é solidário com os iguais, ou seja, com aqueles que pertencem à mesma classe. A partir dessa visão, a solidariedade se relaciona com as ideias de reciprocidade e cooperação, coloca o aspecto da igualdade social e une os trabalhadores pela efetivação de seus interesses (Zoll, 2000). Uma das agricultoras afirma, nessa direção:

“Tem muitas pessoas que estão passando necessidade [...] Aí, tem uma comida lá na cozinha aí, eu já não me preocupo. Às vezes você não tem gás, às vezes você não tem um caroço de arroz em casa... Então, já tem essa cozinha lá e você já não precisa tanto se preocupar [...] Porque tem um restaurante comunitário, mas o restaurante comunitário nunca é que nem a comida delas. Nunca” (Ivanildes, agricultora).

Assim, a solidariedade é chave para apreender o papel dessas cozinhas, para o movimento e para os territórios que atende. Westphal (2008), ao realizar um resgate histórico da ideia de solidariedade, percebe que ela apresenta sentido polissêmico nos contextos

econômico, político e social, sendo que sua concepção atual surgiu como resposta às realidades decorrentes da sociedade industrial.

Essa conceituação é fundamental na perspectiva da alimentação, uma vez que quem se relaciona com o preparo dos alimentos é da mesma classe daqueles que os consomem. A identificação com a comunidade – e com suas necessidades – vem de um local de verdadeira empatia e consequente solidariedade. Dessa forma, sendo a fome e a dificuldade de acesso físico e financeiro à alimentação saudável mazelas compartilhadas em territórios periféricos, a empatia se traduz pelo prato cheio de comida. Isso pode ser notado nas trajetórias de vida das entrevistadas, as quais, em sua maioria, sentiram fome. Ademais, uma mãe ressalta: “na minha vista a Cozinha Solidária é boa, porque para a maioria das pessoas, não tem onde conseguir comida, fazer comida [...] então ajuda bastante. E a comida é gostosa, abraça a gente, e ainda é bem melhor que a do restaurante comunitário” (Luanna, mãe).

Dessa forma, as Cozinhas Solidárias comungam lutas que, previamente, já estavam territorial e socialmente relacionadas, posicionando a alimentação de maneira central na dinâmica social das comunidades e do movimento.

4.1.2 Espaço da comunidade: a rede de apoio como construção social

A pesquisa revelou uma Cozinha Solidária para além de um espaço de alimentação, sendo também um espaço político. O que se revelou nesta categoria é composto pelos códigos: saúde, educação, segurança e convivência. Assim, os dados coletados a partir das entrevistas corroboram os ideais do MTST de luta por todos os direitos e de aprimoramento da qualidade de vida em territórios periféricos, bem como de ampliação de sua atuação para além do direito à moradia digna.

“Então depois que surgiu a cozinha, aí ficamos mais, entendeu? O movimento teve mais uma vida. Deu um novo propósito para tudo. Que a gente passou a ter muitos projetos na cozinha. Tanto que veio o projeto Infância Saudável, o reforço escolar, veio o projeto da Horta [...] Então assim, através da cozinha, se abriu muitos leques” (Socorro, cozinheira).

O surgimento de movimentos sociais está normalmente relacionado a um momento socio-histórico da sociedade civil, com potência para desencadear transformações sociais. Nessa perspectiva, o MTST surgiu em 1997, em uma década marcada pela ascensão da burguesia e pela valorização do capital, processo concomitante à ampliação da distribuição desigual não somente de renda, mas também de recursos energéticos, materiais, territoriais, hídricos e de serviços ambientais.

O Movimento dos Trabalhadores Sem-Teto se tornou um importante movimento nacional, representando a luta de um povo pela conquista de moradia digna, sem distinção de região ou renda da população. Desde então, pauta suas ações para articular a garantia de trabalho e de território nos espaços urbanos. Para sensibilizar a sociedade e o Estado, o MTST realiza ocupações de terra urbana, dos latifúndios urbanos que estão abandonados e sem função social, a fim de cumprir o direito à moradia garantido pela Constituição Federal de 1988.

Na história de combate à fome no Brasil, os movimentos sociais se mostram centrais, o que se amplificou com a pandemia desencadeada em 2019 e suas consequências brutais, principalmente para comunidades pobres e periféricas. Nesse período, o MTST adquiriu uma nova perspectiva: a adoção das Cozinhas Solidárias (CS), que “são espaços de intersecção entre a cozinha, as pessoas e o território e promovem uma rede de aprendizagem que ressignifica a relação com a comida” (Rizzolo; Madruga, 2022). De acordo com o próprio movimento, as CS estão “fazendo o que o governo não faz pela segurança alimentar”. Isso, de várias maneiras, foi confirmado durante a pesquisa, principalmente ao entender o conceito de SAN para além do simples acesso ao alimento.

Ribeiro (2022, p. 131) traz que a alimentação é uma questão recorrente nas ocupações e relaciona as duas lutas: pela comida e pela moradia. “A cozinha é um símbolo para nós. Um espaço que junta pessoas, em que fazemos nossas reuniões e assembleias. É uma referência.” A partir dessa significação essencial da CS como central para o movimento, mesmo antes de sua efetivação como projeto, foi colocado por uma entrevistada:

“Isso tudo que acontece na cozinha, acontece em acampamento! Tem o espaço das crianças, reforço, contação de histórias, brincadeiras, isso faz parte dos acampamentos. E tem acampamento que dura anos, tem acampamento que tem vinte anos, então isso acontece nos acampamentos, então é o movimento, a cozinha não inventou nada, isso já acontecia lá, a cozinha já tem na ocupação, só agora foi dentro da cidade, não é mais só em ocupação” (Bizza, cozinheira).

Percebe-se que a CS amplificou ações que já eram parte da estrutura do movimento social, levando isso para mais pessoas e fortalecendo a luta. A cozinheira ainda completa:

“Porque a primeira coisa que se faz no movimento quando se faz uma ocupação é isso, é a cozinha, tudo isso acontece na cozinha, e aí eu digo, nossa meu Deus, mas eu nunca tinha visto isso na prática, então fiquei admirada quando eu vi aqui na cozinha e com o que a gente poderia fazer aqui, e aí estou aí, estou aí tentando com vontade de estudar [...] Hoje a brigada de educação já faz as aulas do reforço quatro vezes na semana no turno ao contrário da escola das crianças, também tem um projeto infância saudável que a gente faz a cada quinze dias com mais de quarenta crianças que a gente acompanha o peso, a altura, a alimentação, faz roda de conversa

com as crianças. A gente agora está no plano comunitário, que a gente leva as crianças para conhecer o seu próprio território, nós fizemos um parquinho junto com elas, sabe, então assim, é muita coisa!” (Bizza, cozinheira).

Sob esse cenário, o Movimento dos Trabalhadores Sem-Teto reforça não apenas a luta da classe trabalhadora por moradia, mas igualmente pela garantia de todos os direitos que vêm sendo negados, principalmente para as populações periféricas. Assim, as Cozinhas Solidárias se fortalecem como espaço de alimentação básica e também de acolhimento, afeto e de uma construção social em que é possível resistir e transformar a sociedade por meio do poder popular (MTST, 2021)³³.

Desde 2021, esses espaços vêm apresentando resultados integrados, sustentáveis e positivos, principalmente pela construção de redes comunitárias que integram o campo e a cidade, viabilizando estratégias de Segurança Alimentar a longo prazo (Sordi, 2023). Do Carmo (2021) traz que os espaços da cozinha também podem ser vistos como um verdadeiro espaço de produção crítica e de criação de identificações coletivas. A autora, a partir de entrevistas em uma ocupação do MTST, também ressalta que: “Essa cozinha produz política – não é só um espaço onde ficam fazendo comida – ela tem uma concepção relacional muito forte.”

Essas significações, apesar de nacionalmente relacionáveis, tomam forma em cada território a partir de suas características. Nesse sentido, o Sol Nascente é um território que reverbera a realidade de várias periferias ao redor do país e, a partir da aproximação com a comunidade e com a Cozinha Solidária, percebeu-se um espaço que, ao mesmo tempo em que abriga pessoas extremamente sobrecarregadas, também abriga relações sociais de apoio e companheirismo. Em parte, pode-se relacionar este último aspecto à forte presença do movimento social na região e à sua luta, que se entrelaça com a construção de um coletivo, estabelecendo uma rede de apoio social.

Ressalta-se aqui essa construção, uma vez que se vive uma era de desmoronamento da coesão social, a denominada modernidade líquida, período caracterizado pela fragilidade e fugacidade das relações sociais, econômicas e de produção (Bauman, 2001). Assim, a partir de um desprendimento das redes de pertencimento social, ampliam-se patologias como depressão, solidão e isolamento social (Juliano; Yunes, 2014). Dessa forma, a solidificação de redes de apoio apresenta o potencial de firmar relações e gerar resiliência comunitária.

³³ trecho extraído do artigo “O Dia Mundial da Segurança Alimentar num país assolado pela fome” do sítio oficial do MTST.

As autoras Juliano e Yunes (2014) ressaltam que populações que vivenciaram crises carregam em si a oportunidade da mudança, o que as motiva a buscar soluções viáveis, sustentáveis, geradoras de empoderamento, fortalecimento e resiliência. Nesse sentido, as atuações da CS, que congregam a luta pela alimentação adequada para todas as pessoas com a luta por todos os direitos, destacam-se como um elo de fortalecimento das redes de apoio e evidenciam a cozinha como um espaço de acolhimento e troca, reforçando que o processo de construir e consolidar redes está intimamente ligado à convivência. Assim, as atividades das brigadas de saúde (a exemplo das rodas de conversa propostas para as mulheres da comunidade), da horta (como os mutirões voluntários) e de educação (representada pela escolinha formigueiro e pelo projeto Infância Saudável) reverberam a verdadeira construção coletiva pela soberania e segurança alimentar e nutricional, em seus múltiplos aspectos.

Dentro da comunidade e dos caminhos que são percorridos pelo movimento social, as crianças exercem um papel central na dinâmica de construção coletiva. A garantia de uma infância saudável e segura é um desafio na dinâmica social do Sol Nascente, uma vez que esse território apresenta diversas vulnerabilidades nas esferas pública e privada. A sobrecarga feminina e a ausência de atividades extracurriculares para as crianças são aspectos marcantes dessa realidade. Assim, o reforço escolar da escolinha formigueiro, que acontece diariamente³⁴, proporciona um local seguro de aprendizado e construção de uma infância saudável, ao mesmo tempo em que possibilita que as famílias dessas crianças (em especial as mães e avós) tenham tempo livre para resolver suas demandas, suavizando, em alguma medida, a sobrecarga da maternidade.

Esses aspectos observados dialogam com a resiliência comunitária, conceito desenvolvido na América do Sul, que demonstra que situações de dificuldade apresentam o potencial de gerar um efeito mobilizador de capacidades solidárias, permitindo reparar danos e possibilitando a recuperação (Juliano; Yunes, 2014). Ademais, Yunes (2001) aponta que, quando se trata de grupos que sofrem opressão, os contextos de organização e mobilização social desenvolvem consciência, participação, senso de pertencimento e senso de comunidade, sendo capazes de proteger o grupo e de multiplicar aquilo que é valorizado como essencial para a sua sobrevivência.

³⁴ Ressalta-se que durante a pesquisa ocorreu a troca das cozinheiras, processo com diversas nuances, que abalou tanto a dinâmica da cozinha quanto a conexão da comunidade com a mesma. Por um período, o reforço ficou paralisado, aguardando a estabilização da rotina com as novas responsáveis. Com essa mudança, também ocorreram alterações no perfil da alimentação, com menos valorização dos aspectos de saúde, entretanto, pode-se acreditar que isto será adaptado com o tempo, mas é reforçada a importância dos projetos da Universidade se manterem naquele espaço para incentivar a valorização da SSAN e do DHAAS.

Nos processos de construção da condição de resiliência, é estruturante a percepção de pertencimento a uma comunidade e a afinidade com seus valores. Durante a edificação desses elos observados ao redor da Cozinha Solidária, percebeu-se que as crianças são responsáveis de todas as pessoas, moldando uma rede de apoio social, a qual é fortalecida pela atuação da escolinha formigueiro.

A partir disso, a estruturação de brigadas enriquece a atuação do movimento e a conexão com a comunidade. Hoje, a CS do Sol Nascente conta com atividades da brigada de saúde (a exemplo de rodas de conversa e do projeto Infância Saudável), da brigada da horta (com mutirões agroecológicos) e da brigada de educação (representada pela Escolinha Formigueiro). Esta última apareceu com grande frequência durante as entrevistas realizadas com as mães de crianças que frequentam o reforço, de modo que elas reconhecem o papel educador da iniciativa, bem como o apoio durante suas rotinas. Uma delas afirma que:

“O reforço é muito bom para os meninos porque eles aprendem coisas que a gente não saberia ensinar, né? Seria bem mais difícil se não existisse mais... E a gente confia na mão delas lá, a gente confia muito nelas. Elas ensinam bastante e eles gostam delas [...] a gente gosta bastante” (Luanna, mãe).

Ou seja, o espaço da CS se coloca como um espaço seguro e de desenvolvimento das crianças, ao mesmo tempo em que alivia, em alguma medida, a rotina das mães da comunidade. Outra entrevistada traz: “na minha rotina, fora a alimentação, a Cozinha é importante pelas aulas. Porque a minha filha vai também, ela se diverte bastante na cozinha solidária e aprende coisas novas e gasta energia” (Vivi, mãe).

Para além das crianças, a CS valoriza aspectos de socialização, cultura e educação junto a todas as pessoas que a frequentam, como se pode observar na seguinte fala:

“A Cozinha Solidária não cobra para estar alimentando as pessoas e além de tudo, a comida é saudável. Faz com que as pessoas, além de comer, se sintam acolhidas. Eu não vou lá só para um prato de comida, eu vou lá para conversar, para receber um conselho, para falar um pouco do meu problema, para tentar ver se eu consigo a ajuda de alguma coisa. Então não é só alimentação [...]” (Socorro, cozinheira).

Isso se fortalece, também, a partir do entendimento político do movimento e da concretização da CS como um espaço de politização, no sentido de que educa e mobiliza a comunidade. Assim, estabelece-se como um ambiente aberto para receber as pessoas em sua completude.

“Com o dia a dia, com as pessoas vindo aqui e com as formações nosso pensamento mudou, o jeito de olhar pras pessoas [...] porque as pessoas chegam doentes

também, querendo só conversar, e aí até psicóloga a gente vira aqui, se torna, porque aqui a gente escuta” (Bizza, cozinheira).

Nessa direção, a coordenadora da brigada de saúde e também cozinheira apresenta um projeto futuro, focado na saúde mental da população:

“Na brigada de saúde a gente vai fazer rodas de conversa para tentar ajudar a comunidade. Hoje em dia a gente vê que a população está doente mentalmente. Então a gente coloca muito que quando eu precisei de ajuda, eu tive ajuda do movimento em relação a isso. Hoje nós três (as cozinheiras) temos psicólogos graças ao movimento” (Socorro, cozinheira).

A partir da distribuição de refeições, as Cozinhas Solidárias se fortaleceram como espaço cultural do movimento MTST, tornando-se hoje uma de suas características marcantes, estando presentes em grandes capitais do país. Além de atuar diariamente no combate à fome e à desigualdade nas periferias, elas apresentam a alimentação como elo, reiterando a interpretação mais ampla do direito à alimentação e posicionando possibilidades de morar e de comer que não se rendem ao capital. Nesse sentido, uma mãe afirma: “é muito importante também, porque é um movimento que minha mãe conseguiu a casa. E também tem vários benefícios na cozinha, fora a comida também. Eles interagem muito com as crianças, acho muito legal” (Vivi, mãe).

Além disso, a CS se estabelece como um espaço de acolhimento e de partilha. Nesse sentido, as duas mães entrevistadas apresentam exemplos de momentos vividos na Cozinha: “eu não sou muito de sair de casa não, mas já participei de outras atividades na cozinha. Elas fazem lá oficina de sabão, tijolo, encontro de mulheres [...]” (Luanna, mãe). “Também vou muito ajudar na horta, a Jô sempre me chama e eu gosto muito. [...] Teve vezes também que já fui a um encontro de mulheres lá” (Vivi, mãe).

A horta é estruturante nesse alargamento das ações do espaço, possuindo significação importante para a coordenadora da brigada de horta e também cozinheira.

“Eu gosto de estar na cozinha, mas a terapia melhor aqui é na horta. Então, assim, quando eu estou dentro da horta ali, é a mesma coisa que eu estou no jardim do Éden. Então é maravilhoso. Se todo mundo tivesse aquela sensação que eu sinto quando estou lá [...] É muito bom, muito bom mesmo. Você pegar uma semente, com uma semente transformada no alimento [...] É muito maravilhoso” (Jô, cozinheira).

Esse espaço também é importante, uma vez que territórios periféricos são comumente privados do acesso à natureza (Gehl, 2010).

Sobre a presença da CS no território do Sol Nascente, congregando os pontos previamente expostos, uma das cozinheiras afirma:

“Eu acho que é muito importante a Cozinha Solidária estar aqui no Sol Nascente, tanto para a alimentação e também para vincular as pessoas e trazer mais conhecimento político. Porque muita gente ainda não tem noção do que é realmente política. Pessoal pensa que política é só você ir ali conhecer um candidato e votar. Não, tem várias coisas que podem ser políticas sem precisar só política de candidato. Tem muita coisa que você pode correr atrás para se transformar em política pública. Tudo que você move hoje é política. Então, trazer esse conhecimento para a sociedade. Principalmente onde você mora. Porque eu, na Horta, estou lutando, estou tentando aprender porque eu quero transformar esse bairro que eu moro, que chama 209, num bairro sustentável. Então, é política” (Jô, cozinheira).

Ou seja, a CS se estabelece em sua comunidade como um ambiente de partilha, acolhimento, alimentação, saúde, educação e contato com a natureza, sendo um ponto de referência para as pessoas e promovendo práticas saudáveis em sentido ampliado.

4.1.3 Conexão entre movimentos sociais: um olhar da Cozinha Solidária

Uma das intenções desta pesquisa é entender como o projeto da Cozinha Solidária ressignifica conexões entre o campo e a cidade a partir da conexão entre os movimentos sociais, aspectos que apareceram durante a pesquisa exploratória e que se desdobraram nas entrevistas. Os códigos da categoria em análise são: campo e cidade, conhecimento, política e aprendizados. Nesse sentido, destacam-se tanto a conexão entre o MTST e o MST, intermediada pela CS no processo de fornecimento/recebimento de alimentos, quanto as temáticas que englobam a experiência de fazer parte de um movimento social.

Nesse sentido, foi observado que a comunidade que acessa a CS também percebe a relação entre as lutas por moradia e por alimentação. “Porque a gente sem alimento não é nada, e sem casa também não. Acho que são duas coisas que são necessárias. Elas se interligam basicamente. Sem casa e sem comida a gente não vive, a gente sobrevive” (Vivi, mãe). Essa fala retrata, de maneira sintética, o sentido da luta do MTST, a partir da perspectiva dos direitos humanos e de sua necessidade fundamental para a inclusão do cidadão na sociedade.

Aliado às ações de ambos os movimentos está o aspecto da educação política. Tanto as cozinheiras da CS quanto as agricultoras do Canaã frisaram o papel do movimento em seus processos de politização e compreensão das opressões.

“A Cozinha é uma mistura de sentimentos, é tudo junto, felicidade, preocupação, ansiedade [...], Mas a cozinha nos ajudou bastante. A cozinha nos mostrou, na

verdade, o movimento [...] a cozinha fez a gente se valorizar. As pessoas que estiveram com a gente na cozinha nos empoderaram, nos fez ver uma realidade que a gente não sabia. Então, hoje, a gente aprendeu muita coisa. Então, assim, a cozinha, de certa forma, ela nos empoderou. As pessoas que foram lá, algumas pessoas da faculdade, nos mostrou o que é preconceito, racismo, machismo. Isso nos ensinou coisas que a gente não sabia, tudo pra gente era muito tudo normal” (Socorro, cozinheira).

Essa fala reflete uma característica observada ao longo de toda a pesquisa: a militância como uma ferramenta de politização e empoderamento das pessoas, que se materializa na CS.

Foi constatado que estar em um movimento social é chave para as participantes em suas construções individuais acerca das temáticas de gênero, raça, classe e trabalho, bem como na percepção da importância do engajamento político para transformações estruturais. Isso dialoga com Lucena *et al.* (2019), que apresentam o movimento social como um espaço marcado por processos educativos, com papel na formação de sujeitos políticos, por meio de trocas de saberes e práticas de educação popular. Essa forma de educação é comprometida com a mudança das estruturas sociais e emerge do contexto das vivências populares, sendo uma convicção emancipadora (Brandão, 2006; Carrillo, 2013). Essas ideias se ampliam a partir da concepção do espaço da Cozinha Solidária, promovendo um espaço de acolhimento, mobilização e engajamento da comunidade.

A partir de seu papel educativo e mobilizador, o MTST foi ressaltado como uma parte importante da vida das cozinheiras entrevistadas, sendo classificado por elas como um ponto de mudança e de melhoria nas percepções de suas vidas. Nessa direção, a principal mudança relatada foi o entendimento de processos de opressão, como o racismo e o machismo, que antes eram vistos com normalidade.

“Mas a gente abriu os olhos e viu como que realmente são as coisas [...] Abriu um leque e mostrou pra nós que as coisas eram mais, que tem solução. Porque antes a gente pensava que ‘é assim mesmo’ [...] Então, eu acho assim, que até hoje, se não tivesse a cozinha, nós não teríamos conseguido evoluir o que a gente conseguiu” (Jô, cozinheira).

Apesar de algumas contradições vivenciadas nesse espaço, que foram bastante evidenciadas no momento da troca das cozinheiras (relatado no capítulo anterior), o processo de empoderamento e politização mostrou-se positivo entre as entrevistadas. Alguns outros relatos sobre esse aspecto: “o movimento me mudou pra melhor. Eu comecei a me ver, a me valorizar [...] Tipo, eu não preciso que ninguém diga o que eu fiz de bom ou ruim. Eu sei o que eu fiz. Então, eu me admiro pelas coisas que eu já fiz. Pelas coisas que eu já passei.

Então, hoje, eu sou uma vitoriosa” (Socorro, cozinheira). Esse relato é complementado por outra fala:

“Entrar no movimento me despertou mais ainda a vontade de estudar. De ter mais conhecimento. No início eu não gostava muito de ir nas assembleias, prestar atenção em tantas coisas novas, mas fui indo e fui pegando gosto [...] Então o movimento me mudou nisso, principalmente a formação política” (Bizza, cozinheira).

As agricultoras entrevistadas partilham desse mesmo sentimento sobre a participação em um movimento social e, nesse caso, relatam também aprendizados obtidos sobre as práticas agroecológicas. Além disso, refletem sobre a importância do MST na mudança de suas qualidades de vida.

“Mas assim, plantação mesmo, eu não tinha ideia, até porque as plantações lá no Maranhão é muito diferente daqui, lá não tem esse negócio de agrotóxico, de veneno, sabe, ninguém nem fala nisso. Aprendi isso de agroecologia, reforma agrária, feminismo [...] tudo no movimento social [...] e com o dia a dia né. Todo o conhecimento que eu tenho de hortaliça, de proteção, para cuidar do meio ambiente e dessas coisas mais sociais também né, assim, foi um caminho que veio do MST” (Ivanildes, agricultora).

Esse aspecto também foi relatado pela outra agricultora, ao perceber qual é a missão do movimento e como esta se entrelaça com sua vida:

“O MST, que é reforma agrária, que ajuda as pessoas, pobre, necessitado. É um meio para as condições das pessoas necessitadas, né? Alcançar suas condições. E eu tava nessa situação. E agora eu tô aqui na minha roça. Agora tá eu aqui, ô, molhando as plantas, recebendo você [...]” (Chica, agricultora).

Como observado nas falas acima e constatado ao longo de toda a pesquisa, uma conexão política fundamental é a questão do feminismo e do protagonismo dessas mulheres na jornada em busca de sistemas alimentares mais saudáveis, justos, sustentáveis e solidários. Assim, é importante enfatizar, brevemente, os movimentos feministas negro e feminista camponês popular. Ser mulher é um processo que se constitui a partir da atribuição, às pessoas do sexo feminino, de identidades socio-simbólicas, culturalmente dimensionadas e dinamizadas e, por consequência, variáveis (Stolcke, 2004). A partir de experiências inseridas em construções sociais baseadas no patriarcado, enquanto elemento estrutural presente em sociedades capitalistas, a desigualdade entre mulheres e homens resulta em processos violentos de submissão e silenciamento. Assim, o movimento feminista pavimenta sua caminhada na busca da equidade de gênero.

Entretanto, apesar de dificuldades comuns, são muitas e diversas as realidades das mulheres pelo mundo e, ao se pensar no Sul Global, esbarra-se em camadas mais profundas de desigualdades associadas à classe e à raça dessas mulheres, o que adiciona complexidades às violações de direitos e, conseqüentemente, aos caminhos para superá-las. Em formações sociais capitalistas marcadas pela escravidão indígena e negra, como é o caso do Brasil, a herança patriarcal se imbrica às marcas do racismo estrutural e do latifúndio. Desse modo, ser mulher negra e/ou agricultora significa ter que lutar triplamente: por terra, por igualdade e por equidade nos direitos em relação aos homens e às pessoas brancas.

A partir dessa realidade, os movimentos feministas negro e camponês popular quebram o ciclo de se enxergar as mulheres como um grupo homogêneo que compartilha das mesmas realidades, como foi amplamente disseminado em seu início, a partir de ideias do Norte Global. Não existe uma categoria de mulher universal, nem uma opressão comum, o que se exemplifica nas realidades rurais e periféricas observadas entre as participantes da pesquisa.

Ao pensar essas significações a partir da ótica da agricultura e da alimentação, Esteve (2017, p. 80) aponta que o sistema agroalimentar não opera somente por uma lógica capitalista, que prioriza os interesses particulares sobre as necessidades coletivas, “mas também pela lógica de um sistema patriarcal que invisibiliza, desvaloriza e subordina o trabalho das mulheres”. Isso traz à tona as desigualdades no enfrentamento da insegurança alimentar e nutricional (IAN), das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e das mudanças climáticas, sendo as famílias governadas por mães solo negras aquelas que se encontram em maior nível de IAN no DF (PDAD, 2021), e as agricultoras, um dos grupos sociais mais vulneráveis às mudanças climáticas (Altieri; Koohafkan, 2008).

A partir dessas constatações, observa-se, na Cozinha Solidária e também na Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã, práticas que reposicionam o feminino a partir da luta e resistência contra uma dupla invisibilização e opressão promovidas pelo sistema dominante: da existência livre das mulheres e da cultura alimentar. Assim, são fomentadas realidades que dialogam com feminismos que enxergam para além do gênero, estimuladas pelas práticas coletivas construídas a partir dos movimentos sociais.

Ademais, também surgiu, nas entrevistas, a questão do preconceito em relação aos movimentos, a partir de relatos nos quais as próprias entrevistadas afirmaram que não os viam com bons olhos antes de iniciarem suas trajetórias de militância.

“Eu achava que era um bando de arruaceiro mesmo, porque só queria se aproveitar. Eu não conhecia movimento social, acreditava no que saía da mídia. Quando eu vi que as meninas realmente começaram a exigir do governo, manifestação, ocupação, porque eles tinham que entender que as pessoas não tinham moradia. Aí quando a Jô conseguiu aqui, quando conquistou a moradia dela de início, eu vi que era verdade. Aí passei a vir” (Bizza, cozinheira).

Percebe-se uma tentativa sistemática de criminalização dos movimentos sociais, os quais precisam resistir incansavelmente para continuar na luta. Como coloca uma das agricultoras:

“O MST é ocupar, resistir e produzir, é alimentação saudável. Apesar que lá fora, muita gente fala que a gente é vagabundo, não sei o que, até eu já pensei isso antigamente [...] Mas assim, pode até ser uma parte, né? Porque em todo lugar tem pessoas que desvirtuam [...] Mas o movimento não é isso! Então é isso. Tipo assim, eu não vou por essa parte, eu vou pelo tema deles, faço parte e vou pela parte certa” (Ivanildes, agricultora).

Apesar da estereotipização, os movimentos seguem articulados e atuando em prol de suas pautas, sendo a união uma ferramenta central nesse processo.

“Até eu entender o que é o movimento [...] demorou, mas então o movimento é isso. Se a gente vai pra rua pra poder reivindicar o direito ou falar que aquilo não vai ser bom pra um trabalhador, que não vai ser bom pra quem não tem moradia, pra quem não tem educação [...] Eu acho que o movimento social é o povo e que resolve sim os problemas. E que se o povo estiver unido, resolve sim. E aí, quando eu entendi que era isso, eu disse, meu Deus, que fascinante. Eu quero estar aqui” (Bizza, cozinheira).

Tendo esse cenário posto, além das semelhanças observadas entre as relações das cozinheiras com o MTST e das agricultoras com o MST, também foi identificado um sentimento positivo dessas sujeitas em relação às conexões entre o campo e a cidade promovidas pela articulação entre esses dois movimentos. Um ponto central mencionado foi o alinhamento das pautas de reivindicação e a postura de resistência ao sistema hegemônico, o que se expressa na escolha da presidente da AAMRAC de fornecer os alimentos produzidos para a CS.

“Aí eu resolvi mandar para esse outro PAA para a Cozinha, que é esse daqui que nos uniu, que a gente está tocando. Porque eu achei assim, a Cozinha faz parte do nosso movimento [...] então eu resolvi já tentar a gente se juntar com a Cozinha. É porque assim, a experiência que eu tenho é que a gente não tem tanta chance do lado da direita, a agricultura familiar não tem, é o movimento da esquerda que fortalece a agricultura familiar. Então se é assim, por que o pouco que a gente arruma não fortalece as pessoas que estão com a gente? É isso que eu vejo” (Ivanildes, agricultora).

E complementa:

“É uma parceria muito bem-vinda, né? Até porque é questão de política também, né? É um movimento também que estava voltado para o lado da política, né? E assim, pelo fato também de ele ser um movimento que é junto com a gente” (Ivanildes, agricultora).

A outra agricultora também afirma: “e a gente tem que andar junto, porque aqui no MST a gente é resistência e eu acho que lá na Cozinha também. E nós lutamos por alimentação saudável, então temos que andar juntos” (Chica, agricultora). Dessa forma, observa-se uma interação positiva entre os movimentos, fundamentada na ressignificação das conexões roça-cozinha. Enquanto o sistema alimentar hegemônico padroniza as terras, ameaça a diversidade e baseia-se na utilização extensiva de agrotóxicos, o MST e o MTST propõem um sistema mais justo, saudável, sustentável e solidário, por meio do fomento à agroecologia e da execução de uma política pensada do povo para o povo.

A relação entre esses movimentos estabeleceu-se desde o início da Cozinha Solidária, quando a AAMRAC realizava doações para o projeto. Naquele momento, a interação era verdadeiramente solidária, ou seja, com quantidades variadas e temporalidades imprevisíveis. Atualmente, essa relação é mediada pelo Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), conforme expresso na fala de uma das agricultoras:

“A gente, cada uma de nós, levava sete litros de uma coisa só (para a Cozinha Solidária) [...] Desde a pandemia a gente tinha essa conexão, mas antes era informal, cada um de nós levava sete de alguma coisa. Se eu levasse beterraba, por exemplo, eu levava sete maços. Aí outra pessoa levava mais sete de outra coisa. Daí conversa vai, conversa vem deu certo o PAA e a gente ficou lá” (Chica, agricultora).

O PAA foi criado pela Lei nº 10.696/2003 e tem como propósito “incentivar a agricultura familiar, compreendendo ações vinculadas à distribuição de produtos agropecuários para pessoas em situação de insegurança alimentar e à formação de estoques estratégicos” (Brasil, 2003). Isso se dá por meio da compra, a preços pré-fixados e com dispensa de licitação, dos produtos oriundos da agricultura familiar (AF) (Salgado *et al.*, 2023). No caso da Cozinha Solidária, os alimentos, além de serem provenientes da AF, também são orgânicos e agroecológicos. “Os alimentos que saem pelo PAA para a cozinha são todos da associação agroecológica de mulheres” (Chica, agricultora).

O PAA colabora no resgate e fortalecimento de produções agrícolas tradicionais, por meio do desenvolvimento de mercados locais (Dias *et al.*, 2013), bem como na garantia de alimentação para populações rurais e urbanas em situação de IAN (Salgado *et al.*, 2023). Entretanto, é importante ressaltar que o programa sofreu desmontes durante os anos do

governo Bolsonaro, sendo retomado em 2023 pela Lei nº 14.628, que o instituiu juntamente com o PNCS. Essa legislação também representou o marco da formalização da relação entre o MST e o MTST.

Essa retomada estabelece uma conexão legal entre os programas e revela a importância de políticas públicas articuladas e bem estruturadas para a garantia da segurança alimentar e nutricional (SAN) no país, bem como para a geração de renda da população. Nesse sentido, as entrevistadas reconheceram o papel positivo do PAA em suas vidas:

“E o PAA foi um dos melhores projetos que a gente teve de produção. Porque o PAA, você manda o que você tem. Olha, você vê na minha roça que eu não tenho quase nada, mas tem um caixa de banana, tem vezes que eu mando isso, duas caixas de banana” (Ivanildes, agricultora).

Bem como coloca CH: “mas assim, as contas vão dando certo, porque tem o PAA que eu te falei que vai para a Cozinha Solidária, aí tô fazendo um pouco de dinheiro [...] vai dar para começar a guardar um pouquinho” (Chica, agricultora).

Vale ressaltar que o acesso ao PAA ocorreu graças à organização dessas mulheres em formato de associação, o que facilitou o acesso às políticas públicas e contribuiu para sua permanência no campo. Ademais, destaca-se o papel educativo e transformador da associação ao incentivar a produção orgânica e as práticas agroecológicas.

“Tem outra coisa que é boa também (da associação), no meu ponto de vista, que incentiva as pessoas a trabalhar com orgânico. Bota na mente dela que o orgânico também dá chance de trabalhar, não é só o convencional que dá chance, né? Que o orgânico também dá chance [...] a gente consegue ponto de venda. O PAA já é um ponto de venda que a gente conseguiu!” (Ivanildes, agricultora).

Assim, pode-se considerar o formato de produção, fornecimento e preparo dos alimentos como parte de um ciclo virtuoso.

“Eu acho que a associação de mulheres ajuda a Cozinha também. Seria muito bom se mantivessem o programa, que aí o governo contribui com a gente e a gente contribui com a nossa cesta para eles lá, principalmente as famílias carentes. Porque dali já ganha um almoço, às vezes leva uma fruta para casa. Eu fico feliz em contribuir” (Chica, agricultora).

4.1.4 Trabalho e sobrecarga feminina: cozinha, lugar de mulher?

Não importa como encaramos o mercado, ele sempre é construído sobre outra economia. Uma economia que raramente debatemos (Marçal, 2017, p. 25).
 “Porque quem é mãe solo é excluída de tudo.” (Bizza, cozinheira)

A partir da aproximação com a Cozinha Solidária, percebeu-se que as mulheres eram as grandes protagonistas desse espaço e de todo o sistema alimentar a ele relacionado. Desde a produção de alimentos no campo, passando pelo processo de transformação na cozinha e o consumo, bem como nas atividades propostas no espaço, a condução é feminina. Assim, as sete entrevistas realizadas foram com mulheres, e a presente categoria engloba os códigos: rotina, sentimentos, cansaço e função.

O primeiro aspecto se relaciona à trajetória de vida dessas mulheres, quase todas marcadas por muitas dificuldades financeiras e por intensa sobrecarga, normalmente associadas à parentalidade solo e ao sentimento de abandono. Isso se reflete nas falas de uma das cozinheiras:

“Foi já com trinta anos, que eu fui entender o quanto era importante estudar. Que se eu não mudasse a minha vida, meus filhos iam ter a mesma coisa que eu. E aí foi me batendo desespero. Falei, não, vamos embora. Mudei de casa, separei. E aí [...] se antes eu trabalhava, eu passei a trabalhar dobrado para criar quatro meninos. [...] mas essa tentativa de estudar não foi muito longe, porque é bem cansativo. Você sair cinco e meia da manhã de casa, chegar às sete da noite, ir pra escola, e ir pra cuidar e fazer comida, não sei o quê, você não tem disposição” (Bizza, cozinheira).

Outro ponto observado é o papel das mulheres como cozinheiras, função de cuidado e de sustento da economia. Vive-se em uma era em que todo debate parece precisar passar pela esfera econômica. Tudo é validado e aferido por uma lógica de mercado, como se observa nas inúmeras tabelas comparativas entre países a partir de seu Produto Interno Bruto (PIB). Com isso, estabelece-se uma conexão direta entre a economia de um país e o mercado financeiro, como algo que ocorre fora de casa, no âmbito do trabalho, dos mercados, dos governos, da sociedade (Gil, 2023).

Entretanto, para que tantos espaços funcionem, especialmente diante das elevadas demandas do modelo capitalista, é necessário que alguém assuma o trabalho de cuidado: que faça as compras, lave as roupas, cuide das crianças, arrume a casa e cozinhe, tarefas que recaem majoritariamente sobre as mulheres. Assim, o trabalho reprodutivo e de cuidado constitui o alicerce da economia; nenhum outro trabalho pode ser exercido sem uma base de cuidado. Gil (2023) afirma que costuma-se encarar o ato de alimentar a família e cuidar dos filhos como um gesto de amor, quando, na verdade, trata-se da base do sistema econômico. Não à toa, as desigualdades ecoam tão fortemente por recortes de classe, gênero e raça – a base invisível da economia.

Dialogando com Hooks (2022), quando a autora define os sistemas interligados que atuam conjuntamente para sustentar culturas de dominação (patriarcado supremacista branco

capitalista imperialista), apresentam-se os dados do relatório “Tempo de Cuidar”, da Oxfam (2020), o qual revela que, diariamente, mulheres e meninas em todo o mundo investem 12,5 bilhões de horas em trabalho de cuidado não remunerado. Essa dedicação representa uma contribuição anual estimada em, no mínimo, 10,8 trilhões de dólares, valor três vezes superior ao da indústria tecnológica.

A partir desse único dado, já se revelam as múltiplas categorias apontadas por Bell Hooks. O patriarcado, ao partir da lógica de que quem dedica seu tempo ao cuidado são as mulheres – de duas a dez vezes mais que os homens (Gil, 2023) –, concentra o tempo e o poder de tomada de decisão social oficialmente nas mãos dos homens; o supremacismo branco, uma vez que essas mulheres são, em sua maioria, negras e migrantes, refletindo até os dias atuais os processos colonizatórios; e o capitalismo imperialista, à medida que esse trabalho, base da economia, é invisibilizado, desvalorizado, exploratório e desigual.

Aqui, é evidenciada a associação desse posto de trabalho com a militância dessas sujeitas, o que intensifica nelas o sentimento de obrigação e se reflete em uma rotina sobrecarregada, demonstrando as contradições enfrentadas por elas, dentro e fora do movimento social.

“Hoje a gente pode dizer que dedica o dia inteiro a Cozinha Solidária, o dia todo. Porque quando elas iam fazer o almoço, a obrigação delas como cozinheira era só fazer o almoço, lavar a louça, entregar a cozinha. Mas aí já vinha a parte de militância. Que é onde elas ficavam na cozinha como militantes. A gente ficava. Bora arrumar isso, vamos fazer aquilo, bora mexer na horta [...]” (Socorro, cozinheira).

Ou seja, para além do trabalho como fonte de renda, elas exercem funções adicionais por reconhecerem a importância daquele espaço para o movimento social e para a comunidade. Isso dialoga com a reflexão de Cerqueira (2017), ao afirmar que o sistema alimentar se relaciona com os papéis de gênero atribuídos, uma vez que a cozinha não se separa dos espaços públicos.

“É, porque também eu, por exemplo, além de eu passar aqui no setor (da horta), dar uma arrumada, dar um limpada, tem que plantar. Às vezes ver o que está precisando, tem que ver qual remédio está precisando [...] se tem algum bicho comendo alguma coisa [...] E também, além dessas tarefas, eu preciso cumprir as tarefas de fora, no asfalto (na cidade/no plano piloto)” (Jô, cozinheira).

Também foi destacada a exaustão física e mental causada por esse trabalho, que pode afastar a pessoa de seu apreço pelo ato de cozinhar, tornando-se uma tarefa cansativa e de baixa remuneração.

“Eu gosto de fazer uma comida bem boa para eles elogiarem, falar, nossa, Socorro, a comida estava boa. Então assim, é isso. Eu gosto de fazer para mim e para as pessoas que eu gosto. Não como um trabalho, mas como uma coisa da vida mesmo, do momento de troca. Se alguém me falar que vai arrumar um outro trabalho como cozinheira eu vou falar que de jeito nenhum, é uma coisa que eu não quero para a minha vida” (Socorro, cozinheira).

A partir desse contexto de dedicação e inserção no território, a Cozinha Solidária do Sol Nascente ganhou certo destaque nacional, o que gerou, inclusive, a produção de um filme que está circulando o país em festivais de cinema: “Não Existe Almoço Grátis”³⁵. Esse filme disseminou a imagem das três cozinheiras (entrevistadas nesta pesquisa), o que gerou repercussões tanto positivas quanto negativas para elas e para o espaço da CS. Um ponto delicado que surgiu foi a percepção de outras lideranças do movimento sobre o protagonismo dessas mulheres diante da sociedade ampliada, o que, após algum tempo, culminou na saída delas de seus postos como cozinheiras. Atualmente, em 2025, elas ocupam a posição de coordenadoras das brigadas e estão conduzindo os projetos dessas. Algumas falas nas entrevistas abordaram essa questão, abarcando as categorias “sentimentos”, “cansaço” e “função”.

“A gente ama o filme, estamos muito felizes que tá rodando por aí, já assistimos mil vezes e é sempre maravilhoso, somos muito gratas, mas não mudou nossas vidas como as pessoas imaginam. [...] A maior vantagem é que nos uniu mais ainda, é quase como se não desse para viver uma sem a outra” (Jô, cozinheira).

Esse ponto foi complementado por outra cozinheira, ao trazer aspectos contraditórios sobre o reconhecimento gerado:

“É igual quando a gente vai assistir o filme, por exemplo. A gente assiste o filme e tem aquele monte de gente depois a gente diz que vocês são demais. A gente fala, pô, vamos voltar para nossa realidade. Porque isso aí é uma maquiagem [...] Bom, minha vida não mudou nada, eu continuo sem dinheiro, continuo trabalhando de doméstica, trabalho para sobreviver [...] Não que eu exija uma mudança. Isso não me engrandece” (Socorro, cozinheira).

Em sentido complementar, observou-se ainda que a saída do posto de cozinheira refletiu em aspectos positivos, como o alívio da sobrecarga. “A gente fazia dois, três trabalhos, tudo misturado, num movimento isso é difícil acontecer. É muita responsabilidade. Eu não quero mais essa preocupação toda” (Bizza, cozinheira).

Diversos autores, como Briguglio (2017), Canesqui (1988), Counihan (1998), Sordi (2023), Esteve (2017), Galvão (2025), Gil (2023), Jesus (2007), Machado (2022), Marçal

³⁵ Produzido por Marcos Nepomuceno e Pedro Charbel. Mais informações em: <https://ecofalante.org.br/filme/nao-existe-almoco-gratis>.

(2017), Mintz (2001) e Rizzolo e Madruga (2022), analisam e refletem sobre os papéis de gênero no ato de cozinhar e de comer em diferentes sociedades, bem como sobre as estruturas hierárquicas, os elementos estruturantes sociais e as questões raciais a eles atreladas, todos relevantes no presente estudo. Dessa forma, é pertinente trazer esse tema ao debate central.

Nesse cenário, a alimentação e os trabalhos a ela associados, remunerados ou não, desempenham um papel crucial. Isso porque a cozinha, além de ser um marcador cultural histórico, é também o motor que permite suprir uma das principais necessidades humanas: o ato de se alimentar. A partir disso, destacam-se aqui três centralidades da alimentação que dialogam com tais questões e colocam em xeque o atual sistema do patriarcado supremacista branco capitalista imperialista: a subsistência, a gastronomia e a indústria.

A subsistência, função primeira do ato de se alimentar, transforma-o em uma qualidade inerente ao que é ser um ser vivo. Para suprir tal necessidade, cada espécie encontra sua maneira. Ao longo dos anos, os humanos desenvolveram o ato de cozinhar, prática que envolve os mais diversos rituais e que, como aponta Lévi-Strauss, “não há civilização sem comida, nem comida sem ritual, nem ritual sem cultura”. Assim, a necessidade humana se imbrica a fatores culturais que são entrelaçados por rituais. Esse processo, infelizmente, está cada vez mais permeado por injustiças sociais e desigualdades, cooptado pelo sistema alimentar dominante. Seja na fartura ou na carência, as mulheres protagonizam tais rituais.

Porém, como vem sendo apontado, esse protagonismo está longe de ser reconhecido. O cenário da comida como forma de sustentar as pessoas, as famílias, as cidades e a própria economia é aquele em que as mulheres mais trabalham e menos recebem. A compra, a plantação, o preparo, a organização e o serviço são compreendidos como um “ato de amor”, que não necessita de valorização financeira, ao mesmo tempo em que se estimula a sociedade do cidadão-consumidor.

Por outro ponto de partida, tem-se a gastronomia, que inverte os valores socialmente estabelecidos da conexão “intrínseca” entre a comida e a mulher. Nesse contexto, a contradição é outra: se a cozinha doméstica é considerada lugar de mulher, os grandes restaurantes são espaços predominantemente masculinos. Quanto mais gourmetizada a comida, maior a presença masculina em sua produção (Machado, 2022). Ou seja, à medida que a alimentação adquire prestígio econômico, ela deixa de representar o cuidado, associado ao feminino, para simbolizar o lucro, associado ao masculino.

A autora e feminista francesa Simone de Beauvoir descreveu a mulher como ‘o segundo sexo’. É o homem que vem primeiro. Ele define o mundo e a mulher é ‘a

outra', tudo o que ele não é, mas também aquilo de que ele depende para poder ser quem é. Para poder ser importante.

Assim como existe um 'segundo sexo', existe uma 'segunda economia'. O trabalho tradicionalmente executado por homens é o que conta. Ele define a visão de mundo econômica. O trabalho da mulher é 'o outro'. É tudo o que ele não faz, mas de que depende para poder fazer o que faz. Para poder fazer as coisas importantes (Marçal, 2017, p. 25-26).

Por fim, conectada a todo o cenário alimentar atual, está a grande indústria alimentícia, motor da atual homogeneização global da alimentação e do fortalecimento dos processos de dominação baseados no capital, especialmente entre o norte e o sul global, mas também entre as classes sociais dentro de um mesmo país. Nesse contexto, as mulheres são impactadas de diferentes maneiras. De forma mais ampla, sofrem os efeitos dos desertos e pântanos alimentares, sendo frequentemente obrigadas a percorrer longas distâncias para acessar alimentos saudáveis, o que adiciona mais uma demanda a seus cotidianos, além da sobrecarga extensivamente já discutida.

Entretanto, há diversas camadas de complexidade agregadas, como o abandono por parte de maridos que vão trabalhar em grandes indústrias de ultraprocessados ou nas cadeias de produção agrícola. Soma-se a isso a própria questão da saúde, uma vez que a atenção ao cuidado da família e da comunidade se concentra na saúde dos outros, e não na da própria mulher.

Por outra perspectiva, a Cozinha Solidária foi considerada, pelas mães entrevistadas, um espaço de alívio da sobrecarga, sendo percebida como um ponto de apoio.

“Eu acho bom demais o reforço, porque é incentivo muito pra eles. Principalmente pro maior, que ele tem mais dificuldade [...] e uma aula de reforço tá muito cara. Aí essa é a aula de reforço lá, na cozinha, ficou bom pra gente. Pra eles também. Eles gostam de ir lá [...] e também quando eles estão lá eu consigo resolver melhor minhas coisas, que se não, é o tempo todo cuidando de menino” (Luanna, mãe).

As agricultoras também revelaram aspectos relacionados a essa categoria de análise. Nesse sentido, evidencia-se que a maioria das mulheres da associação é solteira e cuida de suas propriedades sozinha, o que reforça a importância da união entre elas para sua permanência no campo e acesso às políticas públicas, como pode ser observado nos relatos a seguir:

“E eu trabalho aqui sozinha né, não tenho homem para me ajudar e sempre foi assim, arrumei um ou outro ali, mas o trabalho da roça mesmo eu que sempre fiz. Às vezes contrato alguém para ajudar ou vem os mutirões, mas no dia a dia é esse anda anda para lá e para cá” (Chica, agricultora).

“A gente criou ela para ficar mais organizada, para ir atrás dos benefícios. São 25 mulheres. Todas são agricultoras, [...] quase todas são sem marido. E elas que produzem mesmo” (Ivanildes, agricultora).

Percebe-se, então, correlações entre todas as entrevistadas, demonstrando não somente o protagonismo dessas mulheres no sistema alimentar em que a Cozinha Solidária se insere, mas também sua sobrecarga. Assim, a partir dos relatos coletados e das experiências observadas, reforça-se a importância dos estudos sobre a percepção do que é “ser mulher no mundo” e “ser mulher na cozinha” (Counihan, 1998), bem como da leitura crítica do espaço feminino na cozinha e no campo. As mulheres estão protagonizando mudanças importantes nos sistemas alimentares, mas isso não pode ocorrer às custas de sua saúde física e mental.

A partir desses paralelos, reconhece-se na Cozinha Solidária um ambiente que tanto reforça a ideia de um feminino associado ao cuidado quanto ressignifica essa posição. Reforça, pois são as mulheres que cozinham, organizam e cuidam da comunidade, enquanto os homens envolvidos no processo assumem funções mais administrativas e de relações públicas, reproduzindo o modo tradicional das relações de gênero. Ressignifica, porque, de acordo com quatro das entrevistadas, estar envolvida em um movimento social transforma essa relação com o cuidado: ele permanece intenso, mas passa a ser uma escolha política.

Entretanto, as desigualdades das duplas ou triplas jornadas ainda se fazem sentir de forma intensa: são mulheres cansadas, depressivas, estressadas e sobrecarregadas. As que se colocam como militantes são também as que mais se sentem sobrecarregadas; contudo, são elas que revelam histórias de gratidão em relação a esses movimentos, pelos ensinamentos recebidos e pela transformação em sua visão sobre si mesmas e sobre o mundo.

“De um ponto, de antes do movimento, eu não sabia nem que era racismo ou machismo. Como mulher preta, periférica e mãe solo, toda hora eu vivia isso, a todo momento. Mas você não percebe, né? Porque você está ali concentrada em sobreviver, você não sabe o que é racismo. Você só acha ruim e vai embora. Mas não sabe que foi racismo, que foi machismo. Você não sabe o que é isso. Hoje, posso não conseguir falar sobre, mas me identifico e me dói” (Bizza, cozinheira).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivo analisar percepções acerca da Cozinha Solidária do MTST, um projeto de extensão nacional desenvolvido em uma localidade específica: o Sol Nascente, território periférico do Distrito Federal, marcado pela insegurança alimentar e nutricional. Para isso, combinou-se uma pesquisa exploratória, registrada em diários de campo, com a coleta de dados por meio de entrevistas semiestruturadas realizadas com três grupos de mulheres envolvidas centralmente na dinâmica do espaço: as cozinheiras e coordenadoras, as agricultoras fornecedoras de alimentos e as mães de crianças que frequentam o reforço escolar. Os dados obtidos foram examinados a partir da análise de conteúdo proposta por Bardin (1977). A escuta atenta e a observação foram elementos-chave na coleta e interpretação dos dados.

Durante o processo de pesquisa e após a análise dos dados, confirmou-se a ideia de que a Cozinha Solidária constitui uma ferramenta social de base popular, que viabiliza o acesso da população à alimentação adequada e saudável, fomentando práticas positivas nos sistemas alimentares. A partir disso, conceituaram-se possíveis formas de construir sistemas alimentares que escapem aos ideais hegemônicos determinados pelo agronegócio e pela indústria alimentícia. Nesse percurso, associaram-se às categorias extensamente discutidas na literatura – de sistemas saudáveis e sustentáveis – as reflexões de que estes também devem ser solidários e justos. Inserir a solidariedade como categoria central na transição do sistema alimentar resgata tradições de partilha e fortalece a ideia de que o protagonismo dessa transição deve partir da sociedade.

A Cozinha Solidária constitui, atualmente, um dos braços centrais de atuação do Movimento dos Trabalhadores Sem Teto (MTST) em todo o país, fortalecendo-o e ampliando as possibilidades de mobilização da sociedade civil organizada. O projeto, sobretudo após sua constituição como política pública, ressignifica as conexões entre campo e cidade, uma vez que a aquisição de alimentos ultrapassa o ciclo tradicional de produção–transporte–preparo–distribuição, agregando valores políticos e práticas agroecológicas em sua compreensão mais ampla como ciência, prática e movimento. Isso foi demonstrado pela relação entre a Cozinha Solidária e a Associação Agroecológica de Mulheres Rurais do Assentamento Canaã, e reforçado pelas percepções expostas nas entrevistas.

Nesse movimento, personalizam-se os papéis envolvidos em todo o sistema alimentar, criando perspectivas de análise que vão além dos ideais de “campo” e “cidade”, adentrando na vida e no trabalho das mulheres, bem como de outros atores, e evidenciando a conexão roça–cozinha. Essa perspectiva revela as possibilidades de transição para realidades mais justas e

solidárias, que reflitam as necessidades concretas das pessoas que, de fato, protagonizam uma alimentação saudável e sustentável.

Constatou-se também que, embora as mulheres negras sejam as mais vulneráveis e expostas à insegurança alimentar e nutricional, são elas as principais protagonistas no enfrentamento dessa realidade. Assim, continuam duplamente expostas a violações de direitos, inclusive dentro dos próprios movimentos sociais, o que evidencia a dialética das lutas sociais. Por isso, é essencial fortalecer políticas públicas que promovam o protagonismo feminino e atendam, de fato, às necessidades dessas mulheres, tanto na cidade quanto no campo. Não é possível construir realidades saudáveis e sustentáveis com políticas desconectadas; é necessário agir de forma transversal.

Ademais, a pesquisa dialoga com a literatura atual ao afirmar que só é possível almejar futuros mais saudáveis e justos se as políticas forem construídas a partir do olhar das próprias comunidades sobre si mesmas. Essa perspectiva articula-se à necessidade de integrar as produções periféricas e camponesas em prol de um sistema alimentar mais justo e solidário. Nesse processo, as tecnologias sociais mostram-se fundamentais.

Outro ponto é a centralidade da alimentação, ou da sua ausência, na dinâmica da comunidade do Sol Nascente, região recentemente urbanizada e habitada, majoritariamente, por migrantes oriundos de áreas rurais. O fornecimento gratuito de uma alimentação equilibrada para a comunidade está em consonância com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira e reforça o combate à fome como uma ação ampliada, que vai além do aspecto biológico e se relaciona ao entendimento da promoção da saúde de maneira holística.

As ações da Cozinha Solidária se sustentam em bases populares e estão conectadas às reais demandas da população. Assim, institui-se no espaço um conjunto de atividades protagonizadas pelas brigadas de saúde, educação e horta. A brigada de saúde conta com profissionais multidisciplinares voltados à atenção da comunidade; a de educação reúne iniciativas como o Programa Infância Saudável, que estimula crianças de todas as idades a se apropriarem de sua alimentação, e a Escolinha Formigueiro, que promove reforço escolar diário; já a brigada da horta organiza mutirões comunitários. Além disso, o local constitui um ponto estratégico para articulações sociais locais e formações políticas do MTST.

Além disso, a atuação das Cozinhas Solidárias evidencia a importância dos movimentos sociais no Brasil, ao mesmo tempo em que revela suas complexidades. A pesquisa demonstrou que a militância pode ser uma chave de aprendizado, empoderamento e politização, repercutindo positivamente na vida das mulheres, especialmente diante das

opressões de gênero e raça. Revelou também que as relações em um movimento social podem ser fonte de sobrecarga física e mental.

Por fim, pode-se afirmar que as perguntas orientadoras da pesquisa foram respondidas a partir da metodologia adotada. Contudo, como as Cozinhas Solidárias do MTST ainda são recentes, sobretudo enquanto política pública, existe um vasto campo de estudo a ser explorado. Suas práticas dialogam com outras experiências do Sul Global e podem servir de referência para tomadores de decisão em diferentes contextos. No campo do desenvolvimento rural, destaca-se a necessidade de mapear, em nível nacional, os percursos dos alimentos destinados a esses espaços, desde a produção até o consumo e o descarte.

Mais do que nunca, a alimentação ocupa posição central na transição estrutural do sistema, na mitigação das desigualdades e na construção de futuros mais solidários.

*Se o mundo ficar pesado
Eu vou pedir emprestado
A palavra poesia*

*Se o mundo emburrecer
Eu vou rezar pra chover
Palavra sabedoria*

*Se o mundo andar pra trás
Vou escrever num cartaz
A palavra rebeldia*

*Se a gente desanimar
Eu vou colher no pomar
A palavra teimosia*

*Se acontecer afinal
De entrar em nosso quintal
A palavra tirania*

*Pegue o tambor e o ganzá
Vamos pra rua gritar
A palavra utopia
- Ceumar*

REFERÊNCIAS

- ADMINISTRAÇÃO REGIONAL DO SOL NASCENTE. **Conheça a RA**. Página inicial, 2024. Disponível em: <https://solnascente.df.gov.br/category/sobre-a-ra/conheca-a-ra/>. Acesso em: 2 jul. 2024.
- ALTIERI, M. A.; KOOHAFKAN, P. **Enduring farms**: climate change, smallholders and traditional farming communities. Penang: Third World Network, 2008.
- ALVES, J. E. D. **Antropoceno**: a era do colapso ambiental. Brasília: Centro de Estudos Estratégicos da Fiocruz Antonio Ivo de Carvalho, 2022. Disponível em: <https://cee.fiocruz.br/?q=node/1106>. Acesso em: 14 out. 2024.
- ARENDT, H. **Homens em tempos sombrios**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.
- ARENHART, D.; SILVA, M. Entre a favela e o castelo: infância, desigualdades sociais e escolares. **Cadernos CERU**, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 1-24, 2014. Disponível em: <https://revistas.usp.br/ceru/article/view/89149>. Acesso em: 17 ago. 2025.
- ASSIS, J. F. **Memórias e saberes em referências socioculturais na transição agroecológica do assentamento de reforma agrária Oziel Alves iii, Planaltina, DF**. 2022. Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural) – Faculdade UnB Planaltina, Universidade de Brasília, Brasília, 2022. Disponível em: <http://icts.unb.br/jspui/handle/10482/45922>. Acesso em: 10 ago. 2025.
- ATWOLI, L.; BAQUI, A. H.; BENFIELD, T.; *et al.* Call for emergency action to limit global temperature increases, restore biodiversity, and protect health. **The BMJ**, [S.l.], v.374, n. 1734, p. 1-3, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34491006/>. Acesso em: 17 ago. 2025.
- BABBIE, E. **The practice of social research**. 4th ed. Belmont: Wadsworth Publ., 1986.
- BARBOSA, F. H. **Experiência e memória**: a palavra contada e a palavra cantada de um nordestino da Amazônia. 2006. Tese (Doutorado em História Oral) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8138/tde-06072007-101929/pt-br.php>. Acesso em: 15 ago. 2025.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.
- BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.
- BEZERRA, I. Soberania e segurança alimentar e nutricional. In: DIAS, A. P.; STAUFFER, A. B.; MOURA, L. H. G.; VARGAS, M. C. **Dicionário de Agroecologia e Educação**. Rio de Janeiro, RJ: Fiocruz; São Paulo, SP: Expressão Popular, 2021. p.713-720.
- BITTENCOURT, N. Política ambiental. In: DIAS, A. P.; STAUFFER, A. B.; MOURA, L. H. G.; VARGAS, M. C. **Dicionário de Agroecologia e Educação**. Rio de Janeiro, RJ: Fiocruz; São Paulo, SP: Expressão Popular, 2021. p.584-593.

BRANDÃO, C. R. **O que é educação popular**. São Paulo: Brasiliense, 2006.

BRASIL. Decreto nº11.937 de 5 de março de 2024. Regulamenta o Programa Cozinha Solidária. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 5 mar. 2024. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/decreto/d11937.htm. Acesso em: 16 ago. 2025.

BRASIL. Lei nº 10.696, de 2 de julho de 2003. Dispõe sobre a repactuação e o alongamento de dívidas oriundas de operações de crédito rural, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 3 jul. 2003. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.696.htm. Acesso em: 14 ago. 2025.

BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 18 set. 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11346.htm. Acesso em: 4 ago. 2025.

BRASIL. Lei nº 14.628 de 20 de julho de 2023. Institui o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) e o Programa Cozinha Solidária. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 20 jul. 2023. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2023-2026/2023/Lei/L14628.htm. Acesso em: 3 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Comida de verdade**: expressão popular da alimentação adequada e saudável. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/glossario/comida-de-verdade#:~:text=A%20regra%20de%20ouro%20para,conceito%20de%20comida%20de%20verdade>. Acesso em: 23 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretariade Atenção à Saúde. Departamentode Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. **MDS regulamenta Programa Cozinha Solidária**. Brasília, 2024a. Disponível em: [https://www.gov.br/mds/pt-br/noticias-e-conteudos/desenvolvimento-social/noticias-desenvolvimento-social/mds-regulamenta-programa-cozinha-solidaria#:~:text=Institu%C3%ADdo%20em%202023%2C%20pela%20Lei,Aquisi%C3%A7%C3%A3o%20de%20Alimentos%20\(PAA\)](https://www.gov.br/mds/pt-br/noticias-e-conteudos/desenvolvimento-social/noticias-desenvolvimento-social/mds-regulamenta-programa-cozinha-solidaria#:~:text=Institu%C3%ADdo%20em%202023%2C%20pela%20Lei,Aquisi%C3%A7%C3%A3o%20de%20Alimentos%20(PAA)). Acesso em: 4 jul. 2024.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência social, Família e Combate à Fome. Portaria nº977, de 5 de abril de 2024. Estabelece regras e procedimentos para o cadastro e habilitação de cozinhas solidárias no âmbito do Programa Cozinha Solidária. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 5 abr. 2024a. Disponível em: https://mds.gov.br/webarquivos/MDS/2_Acoes_e_Programas/Programa_Cozinha_Solidaria/Legislacao/Portaria_MDS_N_977_DE_5_DE_ABRIL_DE_2024.pdf. Acesso em: 17 ago. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. Portaria nº 978, de 5 de abril de 2024. Estabelece regras e procedimentos para o credenciamento de entidades privadas sem fins lucrativos no âmbito do Programa Cozinha Solidária. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 5 abr. 2024b. Disponível em: https://mds.gov.br/webarquivos/MDS/2_Acoes_e_Programas/Programa_Cozinha_Solidaria/Legislacao/Portaria_MDS_N_978_DE_5_DE_ABRIL_DE_2024.pdf. Acesso em: 14 ago. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. **Programa Cozinha Solidária, o Governo Federal abraça esta iniciativa**. Brasília, 2024b. Disponível em: <https://www.gov.br/mds/pt-br/acoes-e-programas/aceso-a-alimentos-e-a-agua/programa-cozinha-solidaria>. Acesso em: 17 out. 2024.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Agrário; Ministério do Meio Ambiente; Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome (MDS). **Plano Nacional De Promoção Das Cadeias De Produtos Da Sociobiodiversidade**. Brasília, DF: MDA/MMA/MDS, 2009.

BRIGUGLIO, B. Cozinha é lugar de mulher? Desigualdades de gênero e masculinidade em cozinhas profissionais. *In*: SEMINÁRIO INTERNACIONAL FAZENDO GÊNERO, 11.; WOMEN'S WORLDS CONGRESS, 13., 2017, Florianópolis. **Anais eletrônicos** [...]. Florianópolis: UFSC, 2017. Disponível em: https://www.en.wwc2017.eventos.dype.com.br/resources/anais/1498781075_ARQUIVO_biancabriguglio_cozinhaelugardemulher.pdf. Acesso em: 16 ago. 2025.

CÂMARA INTERMINISTERIAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL (CAISAN). **Mapeamento dos desertos alimentares no Brasil**: estudo técnico. Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social, 2018.

CANESQUI, A. M. Antropologia e Alimentação. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 22, n. 3, p. 207-216, 1988. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/S4t6TsTN7SkDsBtzNCwYhZP/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 ago. 2025.

CARMO, C. G. C. “Nossa Luta é Transversal” Ocupação Tereza de Benguela e a Luta das Mulheres do MTST. **Emancipação**, Ponta Grossa, v. 21, p. 1-20, 2021.

CARRILLO, A. A educação popular como prática política e pedagógica emancipadora. *In*: STREK, D. R.; ESTEBAN, M. T. (org.). **Educação popular**: lugar de construção social coletiva. Petrópolis: Vozes, 2013. p. 15-32.

CARVALHO, J. M. **Cidadania no Brasil**: o longo caminho. 5. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2004.

CASTRO, J. **Geografia da fome**: o dilema brasileiro – pão ou aço. 10. ed. Rio de Janeiro: Antares; Achiamé, 1984.

COMPANHIA DE PLANEJAMENTO DO DISTRITO FEDERAL. **Nota técnica**: Sol Nascente/Pôr do Sol – um retrato demográfico e socioeconômico. Brasília, DF: CODEPLAN, 2019.

COMPANHIA DE PLANEJAMENTO DO DISTRITO FEDERAL. **Pesquisa Distrital por Amostras de Domicílio (PDAD) 2018**. Brasília, DF: CODEPLAN, 2019.

CONSELHO NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL. **Princípios e diretrizes de uma política de segurança alimentar e nutricional**. Brasília, DF: CONSEA, 2004.

COUNIHAN, C. M.; KAPLAN, S. L. (org.). **Food and gender**. Amsterdam: Harwood Academic Publishers, 1998.

DEMO, P. **Introdução à metodologia da ciência**. São Paulo: Atlas, 1985.

DIAS, T. F.; NUNES, E. M.; TORRES, F. L.; TORRES, A. C. M. O programa de aquisição de alimentos da agricultura familiar (PAA) como estratégia de inserção socioeconômica: o caso do Território da Cidadania Sertão do Apodi (RN). **Revista Brasileira de Gestão e Desenvolvimento Regional**, v. 9, n. 3, p. 100-129, 2013. Disponível em: <https://www.rbqdr.net/revista/index.php/rbqdr/article/view/1127>. Acesso em: 12 ago. 2024.

ESCOBAR, E. C. E.; GONZÁLEZ, M. G.; QUINTERO, C. M. Paradigmas y tendencias en la organización del espacio rural: una revisión teórica. **Ciudad y Territorio - Estudios Territoriales**, v. 50, n. 196, p. 187-200, 2018. Disponível em: <https://recyt.fecyt.es/index.php/CyTET/article/view/85833>. Acesso em: 4 ago. 2024.

ESTEVE, E. V. **O Negócio da comida: quem controla a nossa alimentação?** São Paulo: Expressão Popular, 2017.

FERRAZ, M. A. **Direito humano à alimentação e sustentabilidade no sistema alimentar**. São Paulo: Paulinas, 2017.

FLICK, U. **Qualidade na pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Bookman, 2009.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS; INTERNATIONAL FUND FOR AGRICULTURAL DEVELOPMENT; UNITED NATIONS CHILDREN'S FUND; WORLD FOOD PROGRAMME; WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The state of food security and nutrition in the world 2022: repurposing food and agricultural policies to make healthy diets more affordable**. Rome: FAO, 2022.

FREIRE, P. **Educação como prática da liberdade**. 3. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1982.

GALVÃO, J. Igualdade de gênero pode promover diminuição da insegurança alimentar. **Jornal da USP**, 2023. Disponível em: <https://jornal.usp.br/radio-usp/igualdade-de-genero-pode-promover-diminuicao-da-inseguranca-alimentar/>. Acesso em: 15 fev. 2025.

GEHL, J. **Cidade para pessoas**. 2. ed. São Paulo: Perspectiva, 2010.

GHISLENI, C. Favelas latino-americanas: projetos de melhoria e a participação da comunidade. **Caos Planejado**, 2023. Disponível em: <https://caosplanejado.com/favelas-latino-americanas/>. Acesso em: 10 out. 2023.

GIBSON, J.J. **The senses considered as perceptual systems**. Boston: Houghton Mifflin, 1966.

GIDDENS, A. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIL, B. **Quem vai fazer essa comida? Mulheres, trabalho doméstico e alimentação saudável**. São Paulo: Editora Elefante, 2023.

GLIESSMAN, S. R. A brief history of agroecology in Spain and Latin America. **Agroecology and Sustainable Food Systems**, v.41, n. 3-4, p. 229-230, 2017. Disponível em: <https://www.fao.org/family-farming/detail/en/c/888791/>. Acesso em: 12 ago. 2024.

GOBBI, M. Desenho infantil e oralidade. In: PRADO, P. D.; DEMARTINI, Z. B. F.; FARIA, A. L. G. (org.). **Por uma cultura da infância: metodologias de pesquisa com crianças**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2009.

GOMES, N. N. **Segurança alimentar e nutricional e necessidades humanas**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2015.

GORDILLO, G.; GOMEZ, H. Derechos humanos y desigualdad: el contexto de la lucha contra el hambre. **Cadernos do Ceam - Derecho a la alimentación en el Brasil de Lula**, Universidade de Brasília, n.13, 2004.

GOVERNA, F. Sul ruolo attivo della territorialità. In: DEMATTEIS, G.; GOVERNA, F. (org.). **Territorialità, sviluppo locale, sostenibilità: il modello SLoT**. Milão: FancoAngeli, 2005, p. 39-67.

GUERRA, C. S. **Soberania alimentar no Brasil: limites econômicos (geo)políticos e jurídicos nos marcos do capitalismo periférico**. 2022. Disponível em: <https://www.ufsm.br/cursos/pos-graduacao/santa-maria/ppgd/soberania-alimentar-no-brasil-limites-economicos-geopoliticos-e-juridicos-nos-marcos-do-capitalismo-periferico> . Acesso em: 23 jan. 2025.

HAESBAERT, R. **O mito da desterritorialização: do “fim dos territórios” à multiterritorialidade**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2004.

HARAWAY, D. A manifesto for cyborg: science, technology and socialist-feminism in the 1980's. **Socialist Review**, n.80, p. 65-107, 1985. Disponível em: https://monoskop.org/images/4/4c/Haraway_Donna_1985_A_Manifesto_for_Cyborgs_Science_and_Technology_and_Socialist_Feminism_in_the_1980s.pdf. Acesso em: 14 mar. 2024.

HARAWAY, D. Saberes localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial. **Cadernos Pagu**, v. 5, p. 7-41, 1995. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/cadpagu/article/view/1773>. Acesso em: 15 ago. 2024.

HONÓRIO, O. S.; MENDES, L.; GRATÃO, L.; SILVA, T.; DUARTE, C. *et al.* Conceitos e métodos de desertos, pântanos e oásis alimentares: uma revisão narrativa. **Archivos Latinoamericanos de Nutrición**, Caracas, v. 73, supl. 1, out. 2023. Disponível em: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222023000500255. Acesso em: 15 ago. 2024.

HOOKS, B. **Escrever além da raça**: teoria e prática. São Paulo: Editora Elefante, 2022.

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. **Entre desertos e pântanos**: quando a geografia urbana é um obstáculo para a alimentação saudável. São Paulo: Idec, 2019.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Demográfico 2022**: favelas e comunidades urbanas. Rio de Janeiro, RJ: IBGE, 2022.

INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA. **Plano de combate à fome e à miséria**: princípios, prioridades e mapa das ações. Brasília: Ipea, 1993.

INSTITUTO DE PESQUISA E ESTATÍSTICA DO DISTRITO FEDERAL. **Pesquisa Distrital por Amostras de Domicílio (PDAD) 2021**. Brasília, DF: IPEDF, 2022.

INSTITUTO DE PESQUISA E ESTATÍSTICA DO DISTRITO FEDERAL. **Segurança alimentar no Distrito Federal**: um panorama sociodemográfico. Brasília, DF: IPEDF, 2023.

INSTITUTO DO PATRIMÔNIO HISTÓRICO E ARTÍSTICO NACIONAL. **Brasília (DF)**. Brasília: IPHAN, 2014. Disponível em: <http://portal.iphan.gov.br/pagina/detalhes/31>. Acesso em: 14 out. 2024.

JESUS, C. M. **Quarto de despejo**: diário de uma favelada. 9. ed. São Paulo: Ática, 2007.

JULIANO, M. C. C.; YUNES, M. A. M. Reflexões sobre rede de apoio social como mecanismo de proteção e promoção de resiliência. **Ambiente e Sociedade**, São Paulo, v. 17, p. 135-154, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/asoc/a/BxDVLkfcGQLGXVwnHp63HMH/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 14 mar. 2024.

KROEF, R. F. S.; GAVILLON, P. Q.; RAMM, L. V. Diário de campo e a relação do(a) pesquisador(a) com o campo-tema na pesquisa-intervenção. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 2, p. 464-480, 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1808-42812020000200005. Acesso em: 12 mar. 2025.

LEÃO, M. M. (org.). **O direito humano à alimentação adequada e o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**. Brasília: ABRANDH, 2013.

LEIBNIZ, G. W. **Novos ensaios sobre o entendimento humano**. São Paulo: Nova Cultural, 1992.

LEITE, J. O. **Ser criança camponesa no Cerrado**. 2018. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2018. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/910472>. Acesso em: 14 mar. 2024.

LÉVI-STRAUSS, C. **Le cru et le cuit**. Paris: Plon, 1964.

LUCENA, H. M. A.; CAMELO, J. C. P.; SILVA, S. B. Educação popular e juventude: o movimento social como espaço educativo. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 49, n. 174, p. 290-315, 2019. Disponível em: <https://publicacoes.fcc.org.br/cp/article/view/6754>. Acesso em: 10 jan. 2024.

MACHADO, T. Sant'anna. **Um pé na cozinha**: um olhar sócio-histórico para o trabalho de cozinheiras negras no Brasil. São Paulo -SP: Editora Fósforo, 2022.

MADRUGA, S. W.; MACHADO, B. O. B.; OLIVEIRA, A. R. Quem são os usuários da Cozinha Solidária? Estudo sobre desigualdades na garantia da segurança alimentar e nutricional a partir da experiência da comunidade do Sol Nascente – Distrito Federal, Brasil. **Revista de Nutrição**, v. 37, 2024. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/nutricao/article/view/12767>. Acesso em: 12 ago. 2024.

MANZINI, E. J. A entrevista na pesquisa social. **Didática**, São Paulo, v. 26/27, p. 149-158, 1991. Disponível em: https://www.marilia.unesp.br/Home/Instituicao/Docentes/EduardoManzini/Entrevista_na_pesquisa_social.pdf. Acesso em: 15 fev. 2024.

MARCHETTI, F. F.; LOPES, K. C. S. A.; GUYOT, M.; SORRENTINO, M.; LOPES, P. R. Agroecologia: ciência, movimento político e prática social para a mitigação e adaptação às mudanças climáticas. **Revista Brasileira de Agroecologia**, v.18, n.1, p. 388-415, 2023. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rbagroecologia/article/view/49938>. Acesso em: 11 ago. 2024.

MARÇAL, K. **O lado invisível da economia**: uma visão feminista. São Paulo: Alaúde, 2017.

MASSEY, D. B. **Pelo espaço**: uma nova política de espacialidade. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2008.

MELO, D. J.; PEREIRA, M.; LIMA, R. A.; ALVES, W. W.; LUDKA, V. M. Território e fome, conceitos e reflexão. **Relações Internacionais no Mundo**, v. 1, n. 21, 2016. Disponível em: <https://revista.unicuritiba.edu.br/index.php/RIMA/article/view/2236/371373048>. Acesso em: 16 ago. 2024.

MINTZ, S. Comida e antropologia: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 16, n. 47, p. 31-42, 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcsoc/a/tbHWcbmyDz8N59zqkZX7zsS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 20 jan. 2025.

MOVIMENTO DOS TRABALHADORES SEM TETO. **As cozinhas solidárias do MTST**: refeições gratuitas e afeto nas periferias do Brasil. 2021. Disponível em: <https://mtst.org/mtst/as-cozinhas-solidarias-do-mtst-refeicoes-gratuitas-e-afeto-nas-periferias-do-brasil/>. Acesso em: 20 jun. 2023.

MOVIMENTO DOS TRABALHADORES SEM TETO. **Cozinhas Solidárias: o projeto.** Disponível em: <https://www.cozinhasolidaria.com/#projeto> . Acesso em: 22 jun. 2023.

MOVIMENTO DOS TRABALHADORES SEM TETO. **Enfrentando o corona na periferia.** Disponível em: <https://mtst.org/enfrentando-o-corona-na-periferia/> . Acesso em: 22 jun. 2023.

MOVIMENTO DOS TRABALHADORES SEM TETO. **O dia mundial da segurança alimentar num país assolado pela fome.** Disponível em: <https://mtst.org/noticias/o-dia-mundial-da-seguranca-alimentar-num-pais-assolado-pela-fome/>. Acesso em: 20 jun. 2023.

NASCIMENTO, V.; LUDKA, V. M. A territorialização da fome e da pobreza em Nova América Da Colina-Pr. **Geografia em Questão**, v. 16, n. 1, p. 27-45, 2023. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/geoemquestao/article/view/29059>. Acesso em: 14 ago. 2024.

NERI, M. **Desigualdade de impactos trabalhistas na Pandemia.** Rio de Janeiro: Centro de Políticas Sociais da FGV, 2021.

OLIVEIRA, A. O.; MOURÃO-JÚNIOR, C. A. Estudo teórico sobre percepção na filosofia e nas neurociências. **Revista Neuropsicologia Latinoamericana**, v. 5, n. 1, p. 41–53, 2013. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2075-94792013000200005. Acesso em: 14 ago. 2025.

OLIVEIRA, S. **O estômago é um órgão político: resistência, combate à fome e vínculos de solidariedade em uma cozinhas solidárias na pandemia de COVID-19.** 2022. Monografia (Graduação em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2022.

OXFAM. **“Tempo de cuidar: o trabalho de cuidado não remunerado e mal pago e a crise global da desigualdade”.** Oxford: Oxfam International, 2020.

PEZZATO, L.; L’ABBATE, S. O uso de diários como ferramenta de intervenção da análise institucional: potencializando reflexões no cotidiano da Saúde Bucal Coletiva. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.21, n.2, p. 1297-1314, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/cMmw8qyYBMKJBgJtrqv7CWh/?lang=pt>. Acesso em: 19 set. 2025.

PORTELLI, A. O que faz a história oral diferente. **Projeto História**, São Paulo, n. 14, fev. 1997. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/revph/article/view/11233/8240>. Acesso em: 12 fev. 2024.

POULAIN, J.-P.; PROENÇA, R. P. C. Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 4, p. 365-386, out./dez. 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/WNW5t7bLQPcMNjP6RJKmRyM/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 16 fev. 2024.

QUEIROZ, M. I. P. Do rural e do urbano no Brasil. In: SZMRECSÁNYI, T.; QUEDA, O. (org.). **Vida rural e mudança social.** São Paulo: Editora Nacional, 1979.

REDE BRASILEIRA DE PESQUISA EM SOBERANIA E SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - PENSSAN. **II VIGISAN**: Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 no Brasil. Brasília: PENSSAN, 2022.

RIBEIRO, A. P. Cozinhas Solidárias: o combate à fome nos territórios e nas ocupações do MTST. In: CAMPELO, T.; BORTOLETTO, A. P. (org.). **Da Fome a fome**: diálogos com Josué de Castro. São Paulo: Editora XYZ, 2022.

RIZZOLO, A. Comida e aspectos simbólicos na perspectiva de políticas públicas para o cumprimento do Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável. **Segurança Alimentar e Nutricional**, v. 27, p. 1, 2020. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8658090>. Acesso em: 16 abr. 2024.

RIZZOLO, A.; MADRUGA, S. W. **Interseções do comer em sociedade**. 2022. Disponível em: <https://diplomatie.org.br/intersecoes-do-comer-em-sociedade/>. Acesso em: 23 jan. 2025.

ROCHA, G. Eztetyka da fome (1965). **Espacio cine experimental**, 2013. Disponível em: <https://hambrecine.com/wp-content/uploads/2013/09/eztetyka-da-fome.pdf>. Acesso em: 17 abr. 2024.

SALGADO, R. J. S.F.; SOUZA, W. J.; FERREIRA, M. A. M. Programa de aquisição de alimentos: análise lógico-avaliativa da modalidade compra institucional. **Planejamento e Políticas Públicas**, n.67, IPEA, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ipea.gov.br/entities/publication/a3dc9e6d-b3c9-4ec9-a71b-e745fc47a816>. Acesso em: 14 mar. 2024.

SANTOS, M. **Território e sociedade**: entrevistas. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 1996.

SARAIVA, R. C. F. S. **Tradição e Sustentabilidade**: um estudo dos saberes tradicionais do cerrado no Chapada dos Veadeiros, Vila São Jorge - GO. 2006. Tese (Doutorado em Desenvolvimento Sustentável) - Centro de Desenvolvimento Sustentável, Universidade de Brasília, Brasília. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/5169>. Acesso em: 13 abr. 2024.

SHIVA, V. **¿Quién alimenta realmente al mundo? El fracaso de la agricultura industrial y la promesa de la agroecología**. Madrid: Capitán Swing, 2017.

SILVA, A. M. A natureza da physis humana: indicadores para o estudo da corporeidade. In: SOARES, C. (org.). **Corpo e História**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2006.

SILVA, A. M. *et al.* Corpo e experiência: para pensar as práticas corporais. In: FALCÃO, J.; SARAIVA, M. (org). **Práticas Corporais no contexto contemporâneo**: (in)tensas experiências. Florianópolis: Copiart, 2009.

SILVA, V. L. O. S. **A Questão Habitacional**: a luta do MTST e dos trabalhadores sem teto. monografia (graduação em história) – Universidade Federal de Uberlândia, 2019. Disponível em: https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/27512?locale=pt_BR. Acesso em: 13 ago. 2024.

SILVA FILHO, O. J. **Neoliberalismo está na mesa**: comida, consumo e necessidades do capital. 2020. Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Desenvolvimento Rural) – Faculdade UnB Planaltina, Universidade de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/39332>. Acesso em: 17 ago. 2025.

SORDI, D. As Cozinhas Solidárias como política de combate à fome e à pobreza. **Brasil de Fato**, 2023a. Disponível em: <https://www.brasildefato.com.br/2023/02/12/cozinhas-solidarias-como-politica-de-combate-a-fome-e-a-pobreza>. Acesso em: 30 nov. 2024.

SORDI, D. Cozinhas Solidárias do Movimento dos Trabalhadores Sem Teto (MTST): solidariedade e reconstrução da esfera pública (2021-2022). **Mundos do Trabalho**, v. 15, p. 1-21. Florianópolis, 2023b. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/mundosdotrabalho/article/view/92392/53936>. Acesso em: 14 abr. 2024.

SORDI, D. “Na cozinha, não há só comida” – segurança alimentar e nutricional e soberania alimentar nas experiências de Cozinhas Solidárias na Argentina, Colômbia, Uruguai e Brasil: síntese e apontamentos para a regulamentação do Programa Nacional Cozinha Solidária (PNCS) brasileiro, Lei 14.628, de 20 de julho de 2023. Grupo de Trabalho (GT) – Subsídios ao Programa Nacional Cozinha Solidária (PNCS). Rio de Janeiro, RJ; Brasília, DF: Fundação Oswaldo Cruz – Fiocruz, Vice-Presidência de Ambiente, Atenção e Promoção da Saúde – VPAAPS, Gerência Regional de Brasília – GEREb, 2023b.

SOUSA, G. M. B.; VELOSO, A. C. O. O planejamento estratégico de espaços públicos como alternativa sustentável de desenvolvimento urbano. **Arquitextos**, v. 23, n. 270, 2023. Disponível em: <https://vitruvius.com.br/revistas/read/arquitextos/23.270/8646>. Acesso em: 10 out. 2023.

SOUZA, M.; KLEIN, Â. L. Rural, ruralidade, pluriatividade e multifuncionalidade do desenvolvimento rural. *In*: SOUZA, M.; DOLCI, T. S. (org.). **Turismo rural**: fundamentos e reflexões. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2019. Cap. 1, p. 9–22.

SOUZA, N. J.; FRANTZ, M. L.; ALMEIDA, O. D.; SILVEIRA, S. E. Uso das fontes orais: Inventariando ferramentas para o/a pesquisador/a iniciante. **Revista Jovens Pesquisadores**, Santa Cruz do Sul, v.10, n. 1, p. 1-14, jan./jul. 2020. Disponível em: <https://seer.unisc.br/index.php/jovenspesquisadores/article/view/14892>. Acesso em: 17 mar. 2024.

SOUZA, T. F. B. **As lutas por moradia dos trabalhadores sem-teto**. Londrina: Grupo de Estudo de Política da América Latina, 2010.

STEDILE, J. P.; CARVALHO, H. M. Soberania alimentar. *In*: CALDART, R. S.; PEREIRA, I. B.; ALENTEJANO, P.; FRIGOTTO, G. (org.). **Dicionário de Educação do Campo**. Rio de Janeiro, RJ: Fiocruz; São Paulo, SP: Expressão Popular. 2012. p.716-725.

SWINBURN B *et al.* The global syndemic of obesity, undernutrition, and climate change: the lancet commission report. **The Lancet**, v. 393, n. 10173, 2019. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(18\)32822-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(18)32822-8/fulltext). Acesso em: 16 ago. 2024.

TEIXEIRA, L. S. C. A fome na reprodução do capital: uma análise do alimento-mercadoria. **Revista Katálisis**, Rio de Janeiro, v. 25, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/rTfGRmwL68MVBxss3JR98RN/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2024.

THEODORSON, G. A.; THEODORSON, A. G. **A modern dictionary of sociology**. London: Methuen, 1970.

VALENTE, F. L. S. **O direito humano à alimentação**. São Paulo: Cortez, 2002.

VASCONCELOS, F.A. G. 'Fome, solidariedade e ética: uma análise do discurso da Ação da Cidadania contra a fome, a Miséria e pela Vida'. **História, Ciências, Saúde**, Manguinhos, v.11, n. 2, p. 259-77, maio/ago. 2004.

VEIGA, J. F. F. **Território e desenvolvimento local**. Oeiras, Portugal: Celta Editora, 2005.

VELTMAYER, H.; LAU, E. Z. America Latina en el vórtice del capital extractivo y de la resistencia. **Desenvolvimento e Transformações Agrárias**: BRICS, competição e cooperação no Sul global. São Paulo: Outras Expressões, 2019.

VERDEJO, M. E. **Diagnóstico rural participativo**: um guia prático. Brasília: Secretaria da Agricultura Familiar/MDA, mar. 2006.

WARREN, I. S. Movimentos sociais no Brasil Contemporâneo. **História: Debates e Tendências**, v.7 n. 1, p. 9 -21. jan./jun. 2007.

WESTPHAL, V. H. Diferentes matizes da ideia de solidariedade. **Rev. Katál**, Florianópolis, v. 11, n. 1, p. 43-52, jan./jun. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/qctPHd95zN7VdhhN9gZ7Ght/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 16 jun. 2024.

WEZEL. A.; BELLON, S.; DORE, T.; FRANCIS, C.; VALLOD, D. C. Agroecology as a science, a movement and a practice: a review. **Agronomy for Sustainable Development**, v.29, p. 503-515, 2009. Disponível em: <https://hal.science/hal-00886499/document>. Acesso em: 13 jul. 2024.

YOUNG, A. W.; BRUCE, V. Understanding person perception. **Br J Psychol**, v. 102, n. 4, p. 959-974, 2011. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21988395/>. Acesso em: 18 jul. 2024.

YUNES, M. Â. M.; SZYMANSKY, H. Resiliência: noção. conceitos afins e considerações críticas. In: TAVARES, J. (org.). **Resiliência e educação**. São Paulo: Cortez, 2001. p. 13-42.

ZIEGLER, J. **Destruição massiva**: geopolítica da fome. São Paulo: Editora Cortez, 2012.

ZOLL, R. **What is solidarity today?** Frankfurt/Main: Suhrkamp, 2000.

APÊNDICE A - ROTEIROS DE ENTREVISTA

Entrevista com as Cozinheiras

Momento 1: Ativação de memórias

Em um primeiro momento será dialogado com a entrevistada a proposta da metodologia em história oral e a relevância da memória para o início da entrevista, ressaltando a importância daquela narrativa.

Para uma primeira aproximação do olhar da Cozinheira sobre aquele espaço, será feita a primeira pergunta: qual seu lugar favorito aqui na Cozinha Solidária? Porque?

A partir da resposta, a narradora será estimulada a tirar uma foto de seu ambiente favorito e nele realizaremos a entrevista.

Momento 2: A entrevista

Dados de perfil:

- Nome:
- Data de nascimento:
- Gênero:
- Nível de escolaridade:
- Local de nascimento:
- Quando e porque se mudou para Brasília?

Eixo temático	Perguntas
A trajetória até a Cozinha Solidária do Sol Nascente	1. Como foi sua trajetória até aqui? 2. Há quanto tempo você trabalha como cozinheira? 3. Já tinha trabalhado em uma cozinha antes da CS? 4. Como foi sua trajetória para entrar no movimento? 5. E como se tornou uma liderança da CS? 6. Qual conexão você sente com a alimentação? 7. Você gosta de ser cozinheira? 8. Se pudesse, você escolheria trabalhar com outra coisa?
O espaço da CS e seus significados	9. Quais são suas funções como liderança da CS? 10. Quantas horas semanais você dedica à CS?

	11. Quais as principais sensações que você relaciona com a CS? 12. Se sente feliz aqui? 13. Desde que começou a trabalhar aqui, você diria que sua vida melhorou? 14. O que você acha do espaço da CS? 15. Como você se sente como mulher nesse espaço? 16. Você já presenciou ou experienciou alguma situação de machismo na CS ou no movimento? Se sentiria confortável em compartilhar? 17. Como você acha que poderiam se construir relações mais igualitárias dentro do movimento?
A alimentação servida no local e sua relevância para a segurança alimentar	18. O que é uma alimentação saudável para você? 19. Você considera a alimentação aqui servida saudável? 20. O que é segurança alimentar para você? 21. Como você acha que a CS contribui para a garantia de segurança alimentar na comunidade? 22. O que acha das CS serem agora uma política pública?
Conexões com o território	23. O que fez você se mudar para o Sol Nascente? 24. Você considera o Sol Nascente um ambiente urbano? 25. Você já morou no campo? Se sim, percebe a influência desse tempo no seu modo de vida atual? 26. Você chegou a conhecer essa região antes da expansão da cidade? 27. Como você percebe a expansão da cidade sobre sua qualidade de vida?

Entrevista com agricultoras

Momento 1: Aproximação

Será proposta uma entrevista no assentamento Canaã - local de produção dos alimentos fornecidos para a CS. A partir de uma caminhada transversal ou travessia, será realizado um passeio guiado pelas unidades de produção e vida, a fim de uma primeira aproximação com aquele local e com o agricultor.

Momento 2: A entrevista

Dados de perfil:

- Nome:
- Data de nascimento:
- Gênero:
- Nível de escolaridade:
- Local de nascimento:
- Quando e porque se mudou para Brasília?

Eixo temático	Perguntas
O espaço da CS e seus significados	1. Como conheceu o projeto das Cozinhas Solidárias? 2. Você já almoçou lá? 3. Já participou de atividades nesse espaço?
A alimentação servida no local e sua relevância para a segurança alimentar	4. O que é alimentação saudável para você? 5. Você considera a alimentação servida na CS saudável? 6. O que é segurança alimentar para você? 7. Como você acha que o assentamento Canaã contribui para a garantia da segurança alimentar no DF? 8. E a CS?
Conexão entre movimentos (MST e MTST)	9. Concorde que as lutas por moradia e por alimentação estão conectadas? Porque? 10. Como você enxerga a conexão entre o MST e o

	MTST (na sua realidade e em uma realidade ampliada)? 11. Já participou de atividades junto às lideranças da CS?
--	---

Entrevista com as mães

- **Nome:**
- **Data de nascimento:**
- **Gênero:**
- **Nível de escolaridade:**
- **Local de nascimento:**
- **Quando e porque se mudou para Brasília?**

Eixo temático	Perguntas
A trajetória até o Sol Nascente e a comunidade local	1. Você pode contar um pouco sobre como veio morar no Sol Nascente? 2. O que você acha da comunidade? Quais as principais diferenças que percebe do local que vivia antes? 3. Você realiza suas atividades rotineiras (trabalho, lazer, compras...) aqui no Sol Nascente ou precisa se locomover longas distâncias? 4. Você chegou a conhecer essa região antes da expansão da cidade? 5. Como você percebe a expansão da cidade sobre sua qualidade de vida?
Conexão pessoal com a alimentação e o sistema alimentar local	Agora vamos fazer algumas perguntas sobre alimentação e saúde: 6. O que é uma alimentação saudável para você? 7. Você considera que tem uma alimentação saudável?

	8. Você consome frutas e verduras diariamente? se sim, onde você as compra? é no mesmo local que faz as outras compras de alimentação? 9. Desde que teve filhos, foi mais difícil se organizar na alimentação? 10. alguma vez você já ficou com medo de não ter comida em casa no mês seguinte?
O espaço da CS e seus significados/ relação com a san	11. Você percebe alguma mudança na comunidade local desde que a cozinha solidária se instalou? 12. Você mora aqui perto? 13. Qual a importância da CS na sua rotina? 14. Como soube que a CS estava oferecendo reforço escolar? 15. Quantas vezes na semana seu filho frequenta o reforço? 16. Com que frequência você almoça aqui na CS? 17. Você considera a alimentação lá servida saudável? 18. Já participou de algum curso ou atividade lá? 19. Como você percebe a CS aqui na comunidade? O que acha do espaço? 20. Já recebeu doação de alimentos de lá?
O MTST	1. Você faz parte do MTST? Se sim, seu lote foi conquistado pelo movimento? 2. Já fez algum curso de formação política do movimento? 3. Concorde que as lutas por moradia e por alimentação estão conectadas? Porque?

APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada/o/e a participar da pesquisa ***“Resistindo à fome, cozinhando a revolução: Percepções de atores envolvidos em uma Cozinha Solidária no Sol Nascente - Distrito Federal”***, de responsabilidade de Samanta Nascimento Fabbris, estudante de mestrado da Universidade de Brasília. O objetivo desta pesquisa é entender como diferentes atores percebem a Cozinha Solidária em suas trajetórias de vida, bem como para seu território e na contribuição para garantia de segurança alimentar e nutricional da comunidade. Quero relacionar a atuação da CS com a relevância de movimento sociais, do protagonismo feminino, do combate à fome, da promoção do direito humano à alimentação adequada e saudável, entre outros fatores.

Além disso, entendendo que as pessoas se relacionam e modificam integralmente o espaço, busco apreender as percepções individuais da/do entrevistada/o a fim de compreender melhor as significações da Cozinha Solidária. Essa análise pode possibilitar a ampliação da perspectiva de importância desse projeto, para além do seu delineamento inicial. Isto é positivo tanto para a difusão de espaços como esse no Distrito Federal, quanto na possibilidade de ampliação da análise para nível nacional.

Essa pesquisa não tem nenhum objetivo comercial. Assim, gostaria de consultá-la/o/e sobre seu interesse e disponibilidade de cooperar com a pesquisa. Você receberá todos os esclarecimentos necessários antes, durante e após a finalização da pesquisa, e lhe asseguro que o seu nome não será divulgado, sendo mantido o mais rigoroso sigilo mediante a omissão de informações que permitam identificá-la/o/e. Os dados provenientes de sua participação na pesquisa, tais como questionários, entrevistas, fitas de gravação ou filmagem, ficarão sob a guarda da pesquisadora responsável pela pesquisa.

A coleta de dados será realizada por meio de entrevistas com um roteiro de perguntas e uma conversa. A intenção é realizar de uma a três entrevistas por participante, em dias e horários combinados previamente. O tempo médio de entrevista é estimado em 1h30. Se autorizado pelos entrevistados, pretendo gravar as entrevistas para depois transcrevê-las. Se a pessoa entrevistada não se sentir confortável com ser gravada, farei anotações durante a conversa. Caso autorizado pelos entrevistados, também quero tirar algumas fotos e fazer filmagens consideradas relevantes. É para estes procedimentos que você está sendo convidado a participar.

Sua participação é voluntária e livre de qualquer remuneração ou benefício. Você é livre para recusar-se a participar, retirar seu consentimento ou interromper sua participação a

qualquer momento. A recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou perda de benefícios. Se você tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, você pode me contatar através do telefone 61 995568843 ou pelo e-mail samantafabbris@gmail.com. A equipe de pesquisa garante que os resultados do estudo serão devolvidos aos participantes por meio de apresentação dos mesmos. A forma de apresentação será combinada com as lideranças responsáveis pela Cozinha Solidária, podendo ser adaptada de acordo com as necessidades e desejos de outros atores envolvidos a partir de conversa e consentimento prévio. Os resultados poderão ser publicados posteriormente na comunidade científica.

Este documento foi elaborado em duas vias, uma ficará com a pesquisadora responsável pela pesquisa e a outra com você.

Assinatura da/do participante

Assinatura da pesquisadora

Brasília, ____ de _____ de _____