

HORTAS ORGÂNICAS

nas Terras Indígenas do Acre

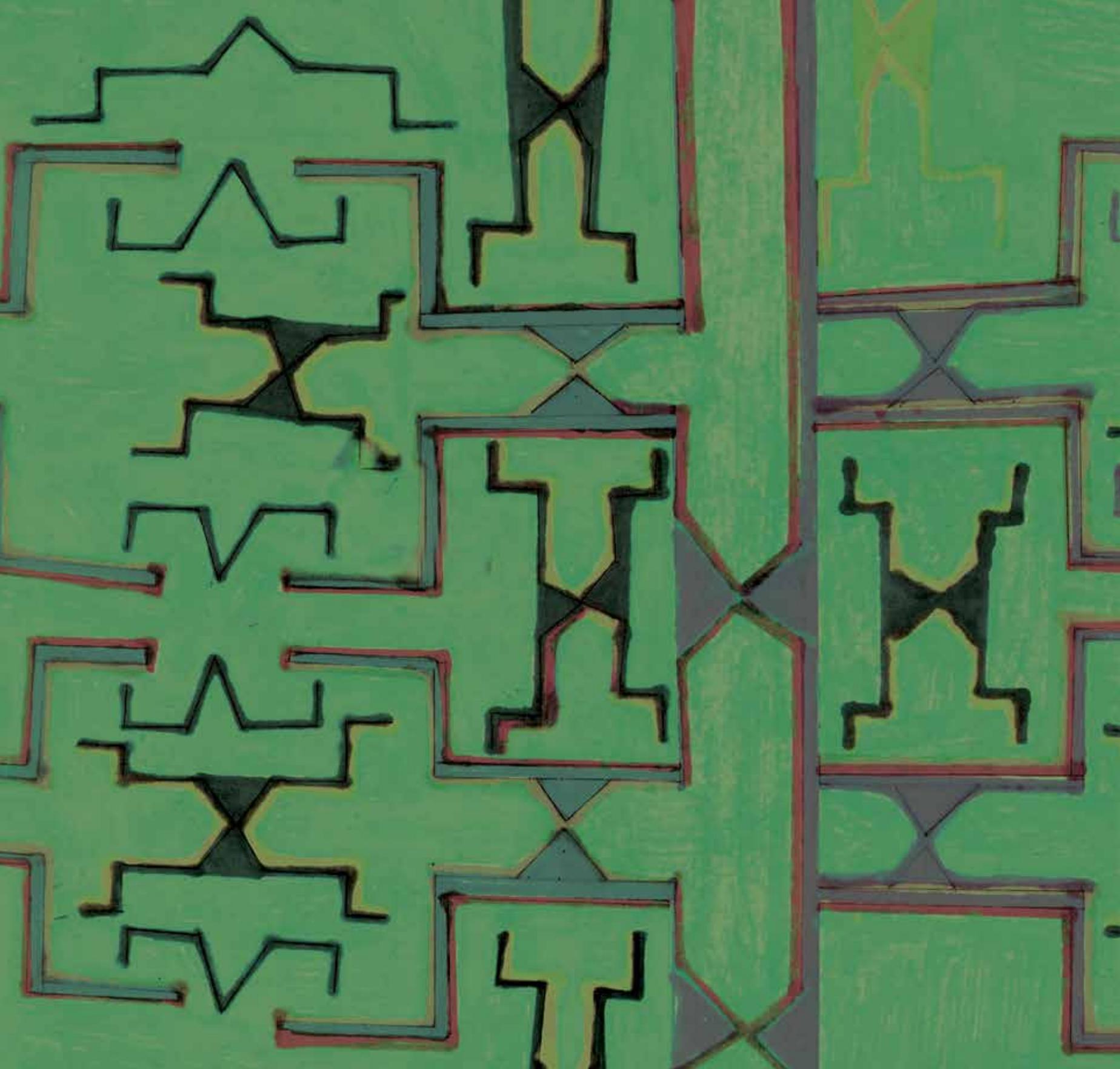


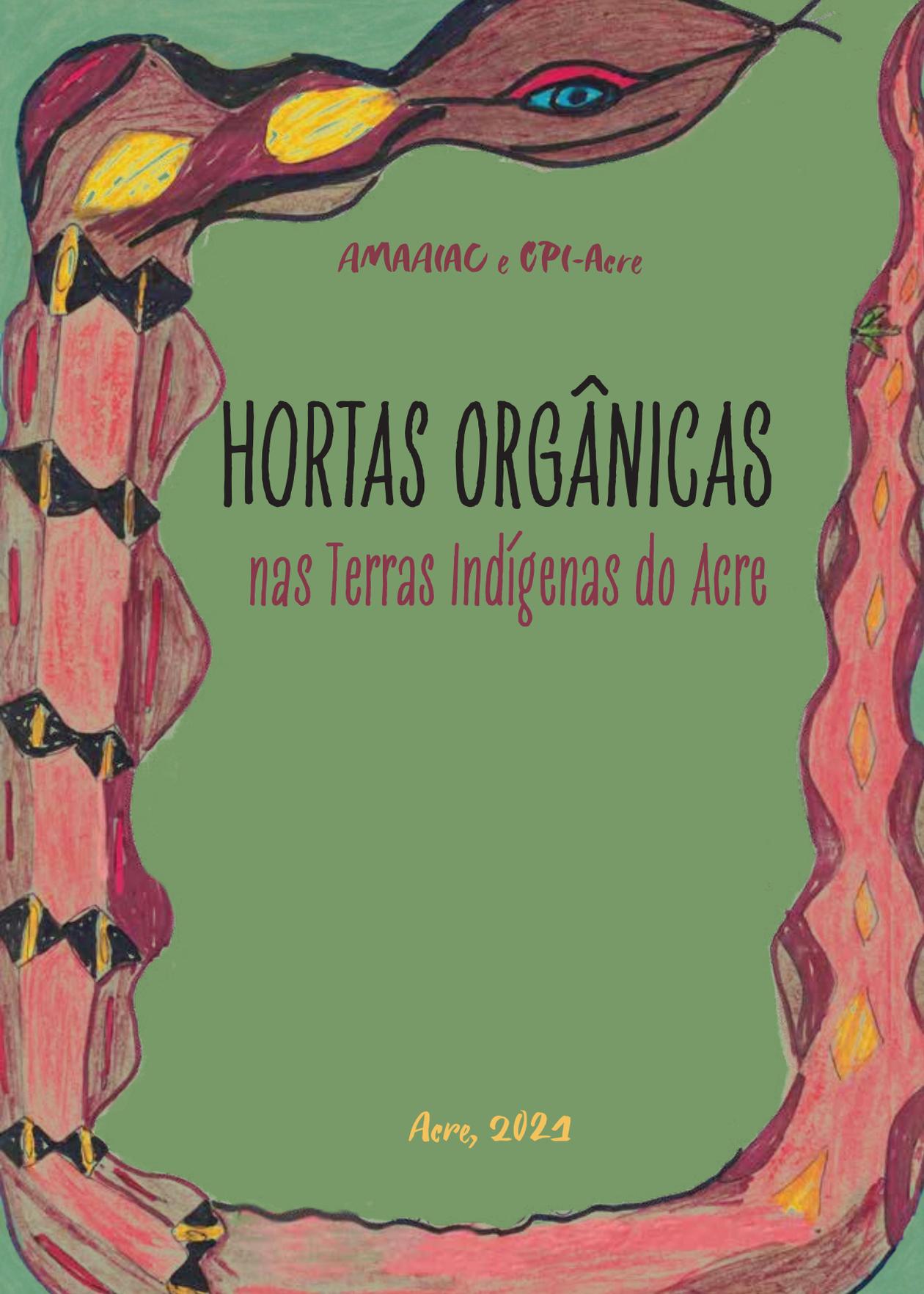
AMAATAC e CPI-Acre

Sou Agente Agroflorestal Indígena (AAFI) e quero destacar a importância da horta orgânica para nós AAFIs e as comunidades indígenas. Para mim representa em primeiro lugar poder ter uma diversidade de alimentos dentro da nossa comunidade. O trabalho de horta vem acontecendo há muito tempo nas aldeias, mas para a juventude é uma adaptação com as novas hortaliças que cultivamos através do nosso trabalho. Na terra indígena algumas aldeias não trabalham com horta produzida no chão e sim com canteiros trepados que chamamos de jirau.

Nós Agentes Agroflorestais estamos estudando e aprendendo essa parte de como fortalecer o cultivo de hortaliças na aldeia, estamos orientando às famílias a ter suas hortas com diversidade de verduras e legumes, tanto as espécies nativas como as que vêm de fora.







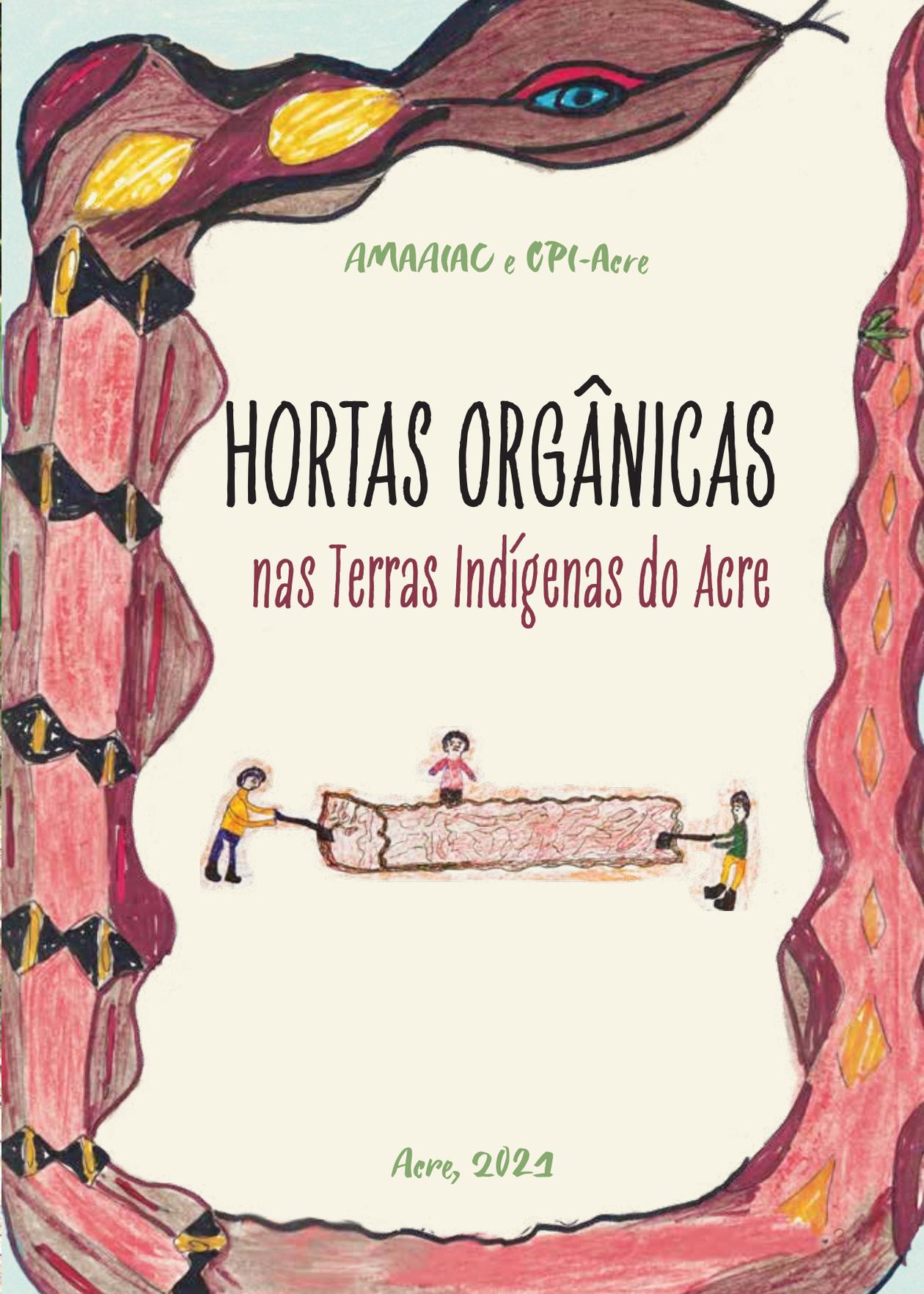
AMAAIAC e CPI-Acre

HORTAS ORGÂNICAS

nas Terras Indígenas do Acre

Acre, 2021

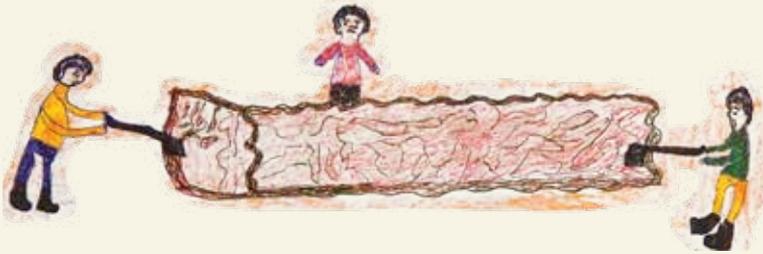




AMAAIAC e CPI-Acre

HORTAS ORGÂNICAS

nas Terras Indígenas do Acre



Acre, 2021

© Copyright 2021 – Todos os direitos reservados a
Associação do Movimento dos Agentes Agroflorestais Indígenas do Acre – AMAAIAC
Comissão Pró Índio do Acre – CPI-Acre

Realização

**Associação do Movimento dos Agentes
Agroflorestais Indígenas do Acre – AMAAIAC**
www.amaaiac.org.br
email: amaaiac@gmail.com

Comissão Pró Índio do Acre – CPI-Acre
Estrada Transacreaana, Km 8 cx. Postal 61
CEP 69.900-970 – Rio Branco – Acre
E-mail: institucional@cpiacre.org.br
www.facebook.com/comissãoproindiodoacre
www.cpiacre.org.br

Organização e Edição

Joseneidy de Oliveira Pinheiro
Renato Antonio Gavazzi

Projeto gráfico

Selene Fortini
Renato Antonio Gavazzi

Desenhos da capa e da contracapa

João Sabino Moíses Mana Kaxinawa
José Luis Henrique Kaxinawa

Colaboração

Julieta Matos Freschi
Maria Lucia Cereda Gomide
Paula Lima Romualdo
Vera Olinda Sena

Fotos

Ana Luíza Melgaço, Dante Novaes,
Renato Antonio Gavazzi, José Lima
Yube Kaxinawa, Adriano Dias, Arlan
Silva, Víctor Reis, Joseneidy de Oliveira
Pinheiro, Paula Lima Romualdo, Daniela
Marchese, Giulia Pedone, José Ferreira
Kaxinawa, José Nilson Sabóia Tuwe
Kaxinawa

Apoio

SEMA - Programa REM-KfW
Fundo Amazônia/BNDES
Rainforest Foundation Norway – RFN

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

H821

Hortas orgânicas nas terras indígenas do Acre / realização Associação
do Movimento dos Agentes Agroflorestais Indígenas do Acre, Comissão
Pró Índio do Acre. – Rio Branco: AMAAIAC / CPI-Acre, 2021.

139 p.: il. col.
ISBN: 978-65-993208-1-1

1. Agricultura – Amazônia. 2. Horta orgânica. 3. Povos indígenas –
Amazônia. 4. Povos indígenas – Acre. I. Associação do Movimento dos
Agentes Agroflorestais Indígenas do Acre. II. Comissão Pró Índio do Acre.
III. Título.

CDD 20.ed. 631.5

Autores

Amiraldo Sereno Kaxinawa, Acelino Sales Tuĩ Kaxinawa, Aldemir Luis Mateus Kaxinawa, Edimar da Silva Kaxinawa, Valmar José da Silva Pereira Kaxinawa, Antonio José Barbosa Kaxinawa, Josue Pereira Cazuzu, Aldemir Paulo Jaminawa, Ivanildo Paulino Kaxinawa, Gilclio da Silva Kaxinawa, Antonio Gilberto Yawanawa, Lucas Sales Bane Kaxinawa, Raimundo Paulo Ixã Kaxinawa, José Rodrigues Paiva Kaxinawa, Erivaldo Bina Kaxinawa, Antonio de Carvalho Kaxinawa, Abel Paulino, Pedro Evaristo Muniz Nukini, Jesus Camilo Kaxinawa, Vagner Kampa, Antonio Renildo Kaxinawa, Lucas Azevedo Puyanawa, Antonio Domingos Keã Kaxinawa, Virgelio Sereno Feitosa Kaxinawa, José Luis Henrique Kaxinawa, Janison Baiakony Shawãdawa, Edivaldo Mateus Kaxinawa, Julião Brasil Manchineri, Rocildo Barbosa Melo Kaxinawa, Irineu Sales Yawarika Kaxinawa, Alfredo Katukina, Antonio Celino Yawanawa, Pedro Bilo Kaxinawa, José Salustiano Shawãdawa, Francisco Elivalter Pereira da Silva, Pedro Roberto Salomão Kaxinawa, Osmildo Kuntanawa, José Marcondes Puyanawa, Jackson Sales Sereno Kapenawa Kaxinawa, Elias Sales Kãka Bane Kaxinawa, Armedio Carneiro Alves dos Santos Katukina, Adriano Macário Sales Kaxinawa, Ismael Menezes Brandão Shanenawa, Matxerenke Ashaninka, Isaac Augusto Kaxinawa, Paixão Rubens Jaminawa, Ronaldo Mateus, Francildo Matias de Souza Manchineri, Antonio José Dantas de Lima.



Índice

Introdução . 11

Apresentação . 15



Capítulo 1 . Origem . 17

As cascas já tinham se transformado em legumes

Não tinha mais nem um tipo de legumes para comer

Quando for plantar o amendoim é recomendado não comer os grãos

Quando plantamos cantamos o pakarim

Quando o milho está bonecando

Mandamos os jovens plantar

As mulheres colocam casca de ovo nas verduras



Capítulo 2 . Comida também é cultura . 25

No futuro vai se criar uma mistura de sabor

Nós somos donos da floresta

As hortaliças e os legumes tradicionais

A comida, o modo de comer, a língua, as festas, as rezas tudo é cultura

A comunidade está chegando a entender os trabalhos desenvolvidos com a horta dentro da organização

Nossa cozinha tradicional

As mães e as avós conhecem os ingredientes para trabalhar na cozinha

A nossa verdura nós Huni Kuĩ nunca esquecemos

A folha de nawãti serve para colocar na nossa macaxeira

Depois de comer toda a macaxeira, bebe o caldo

Tipos de hortaliças que a gente come

A orelha de onça se come crua feita salada

A gente tira o palmito do paxiubão

Temos o paka e tawa

Legumes, as verduras e os temperos

Algumas espécies não podem ser plantadas dentro da horta

Vou tentar trazer esse conhecimento de volta

É importante plantarmos consorciado

As verduras tradicionais também possuem vitaminas

Comida também é cultura

Nossa agricultura é orgânica

Hortaliça tradicional plantada na horta

Um estudo que podemos fazer com as nossas verduras tradicionais da floresta

Comemos muito moqueado no cano de taboca

O sal não é nosso é do nawa

As verduras nativas que existem na aldeia



Capítulo 3 . Horta Orgânica na Terra Indígena . 57

Ter horta na aldeia é contribuir na melhoria alimentar da população
A responsável pelos cuidados da horta é a mulher
Quem cuida é a mulher
Na minha aldeia cada família tem uma horta orgânica
Esse trabalho deve ser feito na parte da manhã
As verduras são boas para o consumo
Nós não vendemos as verduras
A cuidadora da horta é a minha esposa
Fizemos um canteiro médio
Queremos aumentar a quantidade de plantas
Construímos uma horta orgânica
Nossas hortas que temos na aldeia são familiares



Capítulo 4 . Os cuidados necessários para ter uma horta . 75

Dependendo do tamanho da horta podemos vender no município
Construir uma horta orgânica
Manejando a floresta
Para ter uma horta tem que cuidar bem
Eu construo o canteiro perto da casa
Para fazer a horta é necessário ter vontade e algumas ferramentas
Aplicamos nas verduras o biorrepelente
Um trabalho de manutenção
Cobertura morta
O biorrepelente ajuda acabar com as pragas



Capítulo 5 . A importância da horta orgânica na saúde das famílias . 89

O consumo das hortaliças é importante para a nossa saúde
Produzir mais alimentos nutritivos



Capítulo 6 . O Trabalho da horta na aldeia . 95

Crianças não podem pegar peso de homem
Trabalhar com horta orgânica é não trabalhar com produtos químicos
A mulher incentiva o plantio das hortaliças

Capítulo 7 . Cultivo e uso das plantas medicinais nas hortas da aldeia . 101

Cada pessoa foi transformada em uma medicina
A medicina cultivada na horta fortalece nossas práticas de cura
As plantas medicinais servem para qualquer doença
Medicina que a gente tira da mata
Fortalecer a medicina tradicional na aldeia
O pajé é quem planta o remédio tradicional na horta
História da planta medicinal
Medicina para mulher quando está grávida
Prática para que a criança tenha boa memória
O gengibre é plantado na horta
O remédio preparado é bem cheiroso

Capítulo 8 . Adubo da floresta . 111

O paú é o adubo da floresta
Na aldeia tem todo tipo de paú
O paú quando a pessoa vai tirar ele tem que ter muita atenção
Elaboração de compostagem

Capítulo 9 . Manejo das pragas sem uso de veneno . 119

Prática cultural para espantar as formigas
Um remédio natural fácil da gente fazer
Para combater a formiga de roça
Repelente natural que usamos na aldeia
Quando o milho é novo, a gente tem problema com uma lagartinha
Uma forma natural que a gente usa sem prejudicar a terra e a própria floresta
Usando o conhecimento tradicional
Pega o remédio da mata
Essa é a nossa ciência
Biorrepelente
Fazer o biorrepelente
Nós povos indígenas também temos a nossa ciência para espantar as pragas
Biofertilizante
Se o líquido tiver brilhoso está bom

Capítulo 10 . Manejo e conservação das sementes tradicionais indígenas . 131

Nossa autonomia alimentar está na conservação das nossas sementes indígenas
Não podemos perder as nossas sementes nativas
As sementes nativas ou criolas são as mais importantes para os povos indígenas
Dicionário das palavras técnicas utilizadas na horta orgânica
Composição das hortaliças



Foto: Adriano Dias



Foto: Dante Novaes

Introdução

Este livro é um relato das discussões e descrições das práticas de implementação e manejo de hortas orgânicas realizadas pelos Agentes Agroflorestais Indígenas do Acre (AAFIs) durante os cursos de formação que acontecem todos os anos no Centro de Formação dos Povos da Floresta, e no dia a dia de trabalho dos AAFIs em suas comunidades. As atividades de horta orgânica fazem parte das aulas de Agrofloresta, desde o primeiro curso, realizado em 1996, e incluem muitas práticas, experimentos, registros e discussões, que envolvem temas como o cultivo livre de agrotóxicos e a produção de composto orgânico.

Este material pretende contribuir com as discussões sobre o cultivo das hortas orgânicas nas Terras Indígenas do Acre e todos os textos são de autoria dos Agentes Agroflorestais, que revelam como ocorre o manejo das hortas em suas comunidades e ressaltam a importância de valorizar e preservar a “arte de cozinhar” as comidas tradicionais. Em seus textos, os AAFIs apresentam também um profundo conhecimento a respeito das plantas comestíveis, muitas delas ainda ignoradas pelos “nawa”, como é o caso *do nawãti, atsapũi*, orelha de pau, olho de tacana, entre outras. Ao longo dos séculos, as sociedades indígenas no Acre desenvolveram elaborada atividade agrícola, tradicionalmente voltada para a subsistência e até hoje, praticam uma agricultura extremamente rica e diversificada: muitos desses povos cultivam roçados de terra firme e de praia, além de possuírem imensos bananais. O manejo de espécies na floresta também faz parte dessa agricultura, mesmo que não siga os padrões tradicionais de roçados. O conhecimento indígena a respeito das plantas é extenso e variado, incluindo plantas para uso alimentício, fins medicinais, pesca, plantas sagradas, repelentes para insetos, corantes e matérias primas para manufaturados.



Por meio do contato com os *nawa*, os povos indígenas do Acre incorporaram o plantio de legumes, temperos e verduras em hortas que quando não são cercadas, estão suspensas em jiraus. Hoje em dia, muitas famílias possuem pequenas hortas em canteiros suspensos, reaproveitando barcos velhos, caixas feitas de ripa de paxiúba, tacana ou de madeira, sempre instalados próximo às casas para facilitar o manejo. Geralmente são as mulheres que cuidam dessa atividade, cultivando alfavaca, cebolinha, chicória, coentro, couve, jambu, maxixe, pimenta, pimentão, pimenta de cheiro, tomate, entre outras hortaliças. O cultivo em canteiros suspensos, ou jiraus, é uma estratégia para diversificar e ampliar a capacidade produtiva das famílias já que as plantas ficam livres do excesso de umidade e assim a produção não precisa ser interrompida durante o período das chuvas, no inverno amazônico.

O objetivo de se trabalhar a horta orgânica na formação dos agentes agroflorestais é aprimorar e valorizar essa prática da agricultura familiar entre os povos indígenas, para fortalecer a soberania e a segurança alimentar e nutricional, diversificando e enriquecendo suas hortas e ainda gerando renda, sem que para isso seja necessário eliminar o cultivo de alimentos tradicionais.

Há muitos anos, o projeto de formação de AAFIs vem investindo na implementação de hortas orgânicas nas comunidades, e disponibilizando variedades de legumes e verduras solicitadas pelos indígenas, como pepino, quiabo, alface, couve, cenoura, mostarda, rabanete etc. Vale a pena ressaltar que o projeto também incentiva o cultivo das hortaliças nativas, legumes tradicionais, além das plantas medicinais, temperos e flores.

As hortas orgânicas são uma maneira de plantar e cuidar das hortaliças com técnicas que não poluem a terra e a água, não contaminam as plantas, nem os agricultores e consumidores com o uso de adubos orgânicos e sem emprego de produtos químicos, seguindo os princípios da Agroecologia. Pode-se dizer que as hortas orgânicas imitam a agricultura indígena, que é limpa, não contamina o meio ambiente e é um modo de

cultivar que copia a natureza. As sementes não são híbridas ou transgênicas e sim originadas de produção orgânica, valorizando sempre as sementes nativas (crioulas). As variedades são adaptadas às condições locais e à época de plantio, sendo sempre selecionados os cultivares mais resistentes e tolerantes.

Além de contribuírem para a melhoria nutricional, os temperos, verduras e legumes produzidos vêm contribuindo para “uma mistura de sabores”. O saudoso líder Pancho Lopes Kaxinawa, da Terra Indígena do Alto Purus, falava sobre a importância de plantar: “no futuro vai se criar uma mistura de sabores. Quem está acostumado a comer somente a banana e macaxeira e não conhece o outro sabor, vai aprender a comer, como aprendeu a comer com sal e outros tipos de alimentos” (CPI-Acre, 1997).

Os Agentes Agroflorestais vivem nas suas aldeias, são falantes das línguas indígenas, conhecem os aspectos culturais, e estão integrados nas sociedades onde exercem sua profissão. Reconhecem a importância de valorizar as sementes tradicionais, são os precursores em suas Terras Indígenas na implantação e manejo de diversificados modelos agroflorestais, entendem a importância da participação, das necessidades e da cultura dos produtores indígenas e praticam, de fato, uma extensão rural intercultural baseada no diálogo.





Apresentação

Durante a minha infância eu não conhecia o trabalho de horta, mas penso que é importante trabalhar com horta, pois dá a possibilidade de produzir outros tipos de alimentos. Na nossa origem nós temos muitas verduras tradicionais para temperar o nosso alimento, nawãti, atsapũi, orelha de pau, olho de tacana, pimentões, pimenta e folha nova de macaxeira.

Com o contato com a sociedade do homem branco, começamos a incorporar determinados plantios na nossa cultura que antes não fazia parte do nosso costume. Hoje abrir uma horta se tornou um novo desafio, pois queremos diversificar a produção e ter o nosso próprio alimento com vitamina.

Estamos conhecendo pouco a pouco em cada curso de formação de Agentes Agroflorestais Indígenas (AAFI) que participamos sobre a horta orgânica que é diferente da horta convencional, porque não utilizamos veneno. Por isso estamos trabalhando no canteiro de modo indígena, sem usar nada tóxico, tudo é natural, como é a nossa agricultura.

A gente quando volta para comunidade após o curso levamos algumas sementes da horta, para trabalhar com a comunidade. Acho muito importante a participação dos jovens nas atividades da horta para que eles possam conhecer o trabalho e acostumar a consumir as verduras. No trabalho com a horta orgânica devemos estar atentos com as sementes híbridas e transgênicas que germinam só uma vez, por isso nós orientamos a comunidade a não pegar essas sementes.

Quando chegamos na aldeia logo após o curso em Rio Branco, já está passando a época de fazer a horta, pois é o início das chuvas, mas mesmo assim fazemos uma demonstração implantando uma horta pequena, para que os mais jovens possam entender e conhecer o nosso trabalho como AAFI. Para construir uma horta grande devemos fazer no início do verão que é a melhor época para se implementar uma horta na comunidade. Já as horta trepadas em jirau, elas podem ser implementadas em qualquer época do ano.



AAFI Acelino Sales Tuĩ Kaxinawa



Capítulo 1

Origem



As cascas já tinham se transformado em legumes

Teve um tempo antigamente que não tinha nada de legumes e o povo passava muita fome. Quando apareceu um homem encantado chamado Kapa Yushibu, encontrou o povo Huni Kuĩ numa época que não tinha mais nada para comer. Tudo tinha se acabado. O Kapa mandou colher todas as cascas de alimento que não tinha mais como: *tama*, *sheki*, *yubi*, *cari* e outras. Depois que o povo reuniu todas as cascas de legumes, Kapa Yushibu mandou que todos fechassem os olhos e quando abriram, viram que todas as cascas já tinham se transformado em legumes. Graças a esse encanto hoje plantam no roçado, na praia, na capoeira, na areia e na terra preta. Na praia nós plantamos: *tama*, *sheki*, *cari*, *maxi barã*, *yusu*, *nixi* macaxeira, maxixe, taioba, arroz, pimenta e inhame.

AAFI Edimar da Silva Kaxinawa



AAFI Acelino Sales Tuĩ Kaxinawa

Não tinha mais nem um tipo de legume para comer

Dizem que há muitos anos existia um velho que morava com três netos dentro de uma maloca. Um certo tempo essa família começou a passar por dificuldade de alimentação, e às vezes eles começaram a passar fome, até que um dia não tinha mais nem um tipo de legume para eles comerem. O velho pajé vendo essa situação de fome teve que desafiar os três netos para matar ele e depois enterrar numa cova. Depois de muita insistência os netos mataram o velho, enterraram e sempre iam visitar sua sepultura. Quando um dia aconteceu de ir visitar no cemitério, viram na sepultura do velho que tinha nascido uma planta, quando arrancaram a planta viram que tinha batatas grandes e grossas e foi assim que surgiu a macaxeira.

AAFI Valmar José da Silva Pereira Kaxinawa



AAFI Aldemir Luis Mateus

Quando for plantar o amendoim é recomendado não comer os grãos

O amendoim no passado e no presente sempre foi um importante alimento para os Huni Kuĩ, ele é um dos alimentos mais fortes. A gente come cru, cozido, assado e torrado. Quando for plantar o amendoim é recomendado de não comer os grãos, pois se comer, os predadores principalmente caangos e ratos, poderão acabar com seus legumes.

AAFI Antonio José Barbosa Kaxinawa

Quando o milho está bonecando

O povo Nukini tem uma prática de trabalhar com o milho. Quando o milho está “bonecando”, entramos com o terçado e a enxada para manejar. Só pode tirar o milho quando ele está com a vassoura secando.

AAFI Pedro Evaristo Muniz Nukini



As mulheres colocam casca de ovo nas verduras

Nós indígenas Shawãdawa acreditamos que quando a mulher está menstruada ela não pode tirar verdura. As mulheres colocam casca de ovo nas verduras para elas ficarem mais bonitas.

AAFI Josué Pereira Cazua



Foto: Josy de Oliveira



Mandamos os jovens plantar

Nós Jaminawa plantamos os filhotes da bananeira na lua cheia, pois desse modo os cachos das bananas ficam grandes e bonitos. Para realizar o plantio de banana e para ter os cachos grandes mandamos os jovens plantar, tanto pode ser os meninos como as meninas.

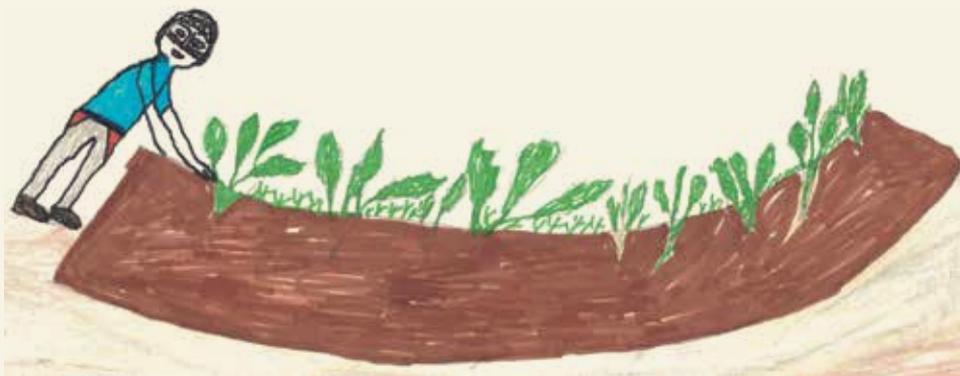
AAFI Aldemir Paulo Jaminawa

Quando plantamos cantamos o *pakarim*

Dentro da nossa história da agricultura tem a ciência e o mito dos legumes. Quando plantamos as verduras no jirau colocamos casca de ovos para afastar os insetos. Para plantar o mudubim temos uma técnica tradicional.

O mudubim nós plantamos na praia no mês de maio e em setembro plantamos no roçado. Quando plantamos cantamos o *pakarim* para chamar a força dos espíritos dos legumes, para dar bons frutos e trazer fartura para o povo. Nossa agricultura está relacionada com os ritos e os espíritos.

AAFI Edmar da Silva Kaxinawa









Capítulo 2

Comida também é cultura





Foto: Josy de Oliveira

No futuro vai se criar uma mistura de sabor

Nós plantamos nossa macaxeira, banana, cará e nossa batata. É a parte que está em nossas mãos e estamos apoiando o plantio de plantas frutíferas e todos nós achamos importante este trabalho.

É uma força que estão dando para nós com o plantio de pupunha, buriti, biribás, cupuaçu, laranja e outras. Precisamos de verduras também: cebola, couve, cenoura, alho e pepino...

Precisamos plantar para aproveitar e levar para frente e inteirar a nossa plantação, inteirar a nossa cultura, nossa mesmo e a do branco.

Acho importante porque no futuro vai se criar uma mistura de sabor. Quem está acostumado a comer somente a banana e macaxeira e não conhece o outro sabor, vai aprender a comer como aprendeu a comer com sal e outros tipos de alimentos.

Se plantarmos agora as fruteiras, se eu for morrer depois, deixo uma herança para meus filhos e netos.

Se morrer não tem problema. Todo mundo vai morrer. Eu nasci para morrer. Somos vida material. Os outros que ficam vão segurar a terra e não vamos sair daqui porque não temos outra terra. Então a nossa terra é aqui e é aqui que precisamos plantar, porque o índio gosta de pupunha, de cupuaçu, de laranja. Quando o índio vai à cidade, acha bom tomar suco de cupuaçu, é muito bom!

Agora já chegou até aqui. A nossa parte é produzir.

Pancho Lopes Kaxinawa, 1997

Nós somos donos da floresta

Desde o início do tempo dos nossos avós, algumas verduras já existiam. Eram cultivadas no tempo da maloca e no tempo do cativoiro. Tudo era cultivado sem química, era plantio nativo, porque nós somos donos da floresta. Não tinha indústria de química de verdura, a gente vivia e ainda vive com a natureza.

Temos que proteger a vida, a saúde, a segurança alimentar, a cultura, a tradição, o meio ambiente. Temos que fazer as capacitações, as danças de mariri que trazem muitas comidas típicas, como as que usamos na festa do katxanawa, do batismo e também a comida na dieta, pois tudo isso é nossa tradição.

No batismo pintamos o dente com pimenta longa, isso é uma espécie de formação para os índios. As mães e as avós fazem a comida que é a carne, a macaxeira sem sal, só com pimenta. Nós Huni Kuĩ temos respeitado a dieta.

AAFI Ivanildo Paulino Kaxinawa

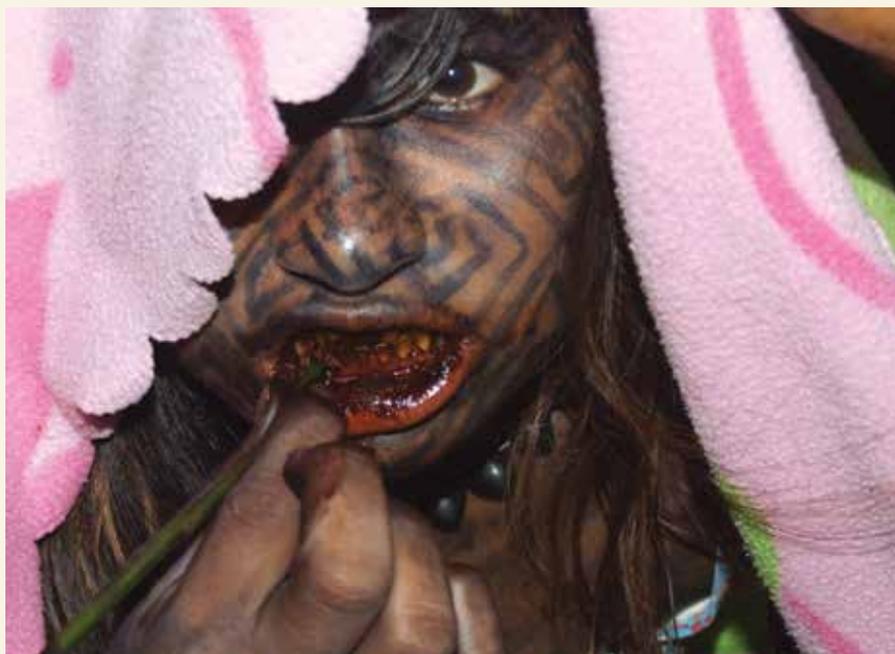


Foto: Daniela Marchese



Foto: Josy de Oliveira

As hortaliças e os legumes tradicionais

As hortaliças e os legumes tradicionais são importantes, nosso alimento tradicional tem história, ciência e riqueza. A macaxeira é o principal alimento que a gente prepara para segurar mais tempo. A gente cozinha só uma vez, ela vai durar muito tempo como se estivesse na geladeira, usa o sal para não estragar. Existem macaxeiras que não são saborosas e nós gostamos de comer a macaxeira com mais sabor, com mais gosto. Para a macaxeira ficar saborosa coletamos algumas verduras na floresta que não são cultivadas e cozinhamos junto da macaxeira. Assim é a nossa tradição.

Na minha aldeia, já está iniciado o trabalho na escola com nossas hortaliças. Os alunos coletam e têm a merenda de segunda a sexta, na quarta a merenda vem de fora, vem do governo. A gente vem fazendo isso com os alunos e as mães dos alunos para começar a fortalecer mais as nossas comidas típicas. A gente não pode esquecer o nosso alimento da nossa cultura. Hoje estamos incorporando os alimentos dos *nawa* no nosso dia a dia, têm pessoas que gostam mais da comida do *nawa* e comem pouco as verduras típicas, às vezes alguns alunos não conhecem e com isso a tradição vai se perdendo. Então a escola chamou a nossa atenção para trabalharmos mais com a nossa arte de cozinhar, com a arte da comida. Não é só pensando nas comidas típicas, mas também nas danças, nas tradições, na cultura.

A gente está fazendo uma pesquisa com os velhos, estamos dando mais atenção a nossa cultura, aos nossos costumes e a nossa tradição. Hoje é bem forte, nesse momento os alunos e a nova geração estão modificando muito pouco. Antigamente era todo mundo na nossa cultura, hoje temos pouco, mas na realidade sempre estamos usando a nossa cultura na comunidade. Usamos as pinturas corporais com o jenipapo e muitas coisas que a gente vem manifestando com alunos.

No meu tempo quando morava no centro com meus avôs e meus pais, não tinha pinturas corporais, não usava cocar, não fazia festa de mariri. Eu lembro muito disso, depois da demarcação da nossa terra vieram muitas manifestações culturais, depois os indígenas fizeram pesquisas, fizeram até livros e hoje têm os professores. Na realidade a nossa escola tem muito andamento nisso com a CPI-Acre. A cultura voltou com a demarcação da terra, a gente se fortaleceu muito com a nossa terra demarcada.

Agradeço esse espaço do Centro de Formação dos Povos da Floresta, com isso estamos aqui para melhorar, crescer e trabalhar na nossa organização tradicional que tem um bom andamento nas Terras Indígenas. Todas elas têm sua cultura, profissão e estamos cuidando do nosso alimento. Às vezes têm uns parentes que falaram que não conhecem muito bem o alimento deles, perderam um pouco, se não relembrarmos isso vamos perder muito mais do que já perdemos. Então temos que correr com os alunos para aprofundar mais esse assunto. Para mim é um prazer aprender e escrever, deixando os papéis para todo mundo ver e ter a prova do nosso documento e da nossa origem.

AAFI Amiraldo Sereno Kaxinawa



A comunidade está chegando a entender os trabalhos desenvolvidos com a horta dentro da organização

Para mim a importância de uma horta orgânica na aldeia é que ela vem fortalecendo na diversificação de alimentos, oferece mais produtos para as famílias e para a merenda escolar, melhorando a segurança alimentar.

Hoje a gente trabalha com isso para demonstrar o trabalho do agente agroflorestal. Tudo isso faz com que os alunos conheçam os diferentes tipos de verduras, vejam como é trabalhar na horta, conheçam os materiais que são usados, e a importância que traz a horta orgânica com as verduras de fora, as tradicionais e as medicinais. É muito importante cultivar as verduras tradicionais, pois trazermos essas verduras para a horta fortalece a cultura, contribuem para não acabar com os conhecimentos tradicionais. Por isso a gente traz essa consciência para sempre funcionar a cultura tradicional.

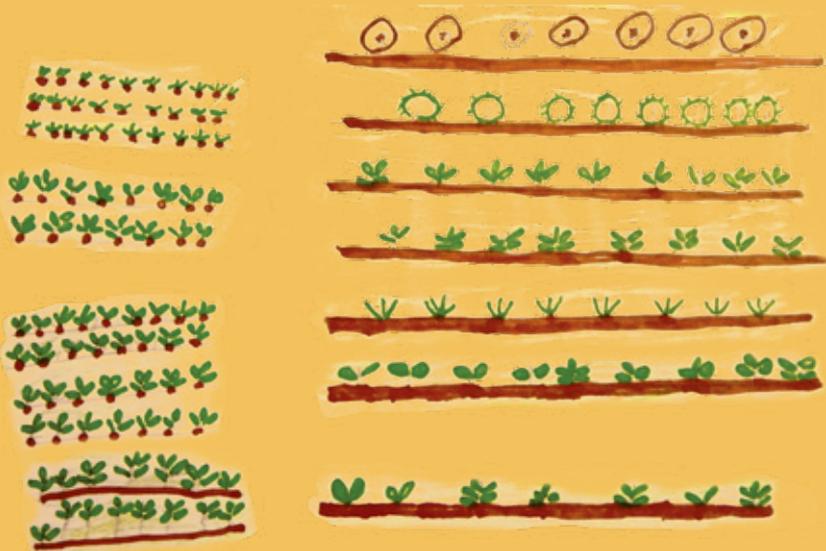
As sementes que recebo, divido com a comunidade. Faço a doação para cada família que tem interesse de desenvolver essa atividade. Nesse tempo temos o plano de construir uma horta grande. Isso é o que a gente está acompanhando e é muito importante.

Antes de chegar nesse conhecimento a gente já vinha trabalhando a horta de uma forma natural, a gente aproveitava materiais quebrados e velhos, plantando as verduras e temperos dentro dos baldes ou da canoa velha. A gente pegava as estacas e colocava em cima o plantio, a gente planta desse modo para que os animais não estraguem. Mas hoje com esse conhecimento, com essa informação que estamos recebendo dentro do trabalho de agente agroflorestal me sinto muito fortalecido, trazendo essa informação e colher essa ideia para dentro da minha aldeia.

Acho muito importante esse trabalho, porque ele tem trazido novas parcerias, conhecimentos para gente desenvolver com a comunidade. Principalmente a parceria da CPI-Acre que faz o curso anual. Estou com quatro cursos de formação de AAFI, participo dentro de uma consciência de aprender, estou gravando o que eu estou vendo, aprendendo para fortalecer e multiplicar o que já vínhamos fazendo no passado. Hoje é essa ideia que estamos buscando de trabalhar com a horta.

A gente acompanha e a comunidade está chegando a entender os trabalhos desenvolvidos com a horta dentro da organização. Na comunidade quem trabalha com a horta são mais as mulheres, também têm as famílias que gostam de ter uma horta. Tem umas que não frequentam muito, mas já outras gostam das verduras que a gente planta.

O adubo mais usado na horta da aldeia é o paú que é o adubo natural da floresta. O adubo que a gente conhece é diferente do adubo natural que usamos aqui no Centro de Formação. Na aldeia o adubo é mais natural, não precisamos fazer muitas misturas de ingredientes, usamos mais o paú de palheira, de sumaúma, o barro preto que é fofo e é bom. O mais difícil de encontrar na aldeia é o esterco de boi, porque nós não criamos gado. Teve uma lei na Terra Indígena que foi para acabar com essa criação, pois para criar o gado destrói muito a floresta, então nós criamos galinha e outras aves. Acabamos criando apenas animais de pena.



Para fortalecer o conhecimento tradicional, plantamos as verduras tradicionais dentro da horta. Também cultivamos aquelas plantas que servem como medicamento, plantas que curam doenças, outras que servem como medicina para as próprias verduras que são repelente natural, o biorrepelente. A nossa couve tradicional que serve para misturar com a macaxeira cozida é também uma importante medicina para aliviar a queimadura, é só passar por cima da queimada que melhora. A gente faz esse trabalho para fortalecer o nosso conhecimento tradicional, para não acabar e que a nova geração possa conhecer. Temos que valorizar o que é nosso e se os mais velhos não ensinam para a nova geração, tudo isso pode se acabar.

Para as pessoas que vem de fora fazer algum trabalho dentro da terra indígena e que não comem carne, teremos outras opções de comida para oferecer. A gente estando preparado nesse ponto, temos como fazer qualquer encontro, podemos chamar qualquer pessoa que vem de fora. Outra importância que vejo é a possibilidade de comercializar as verduras e os legumes, se tivermos muito produtos podemos oferecer para a merenda escolar, e se por acaso tivermos pouco serve para a nossa alimentação.

AAFI Gilcélio da Silva Kaxinawa



Foto: Josy de Oliveira



Fotos: Daniela Marchese

A comida, o modo de comer, a língua, as festas, as rezas tudo é cultura

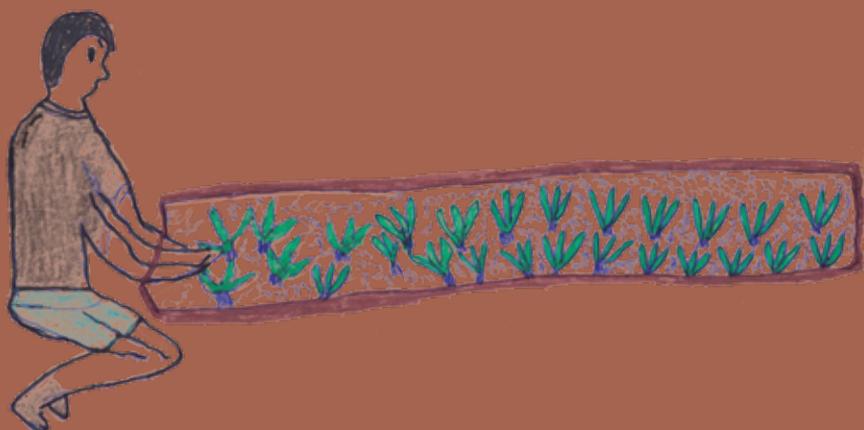
Nós somos sete povos reunidos para fazer o curso, cada um com diferenças na tradição, na cultura e na comida. Eu tive anotando aqui e o *butã* para nós é a comida mais tradicional, porque vem dos antigos e nós não vamos acabar com essa tradição.

Fazemos também paca, tatu, porquinho, queixada misturado com banana verde na época do inverno. Também comemos o *kunũ* que é a orelha de pau e o povo gosta de comer enrolado numa folha.

Existe também o gongo que chamamos de *makũ* que fica dentro do cocão e utilizamos para comer durante nossas caçadas. Nós Yawanawa não usávamos a pimenta mansa que foi introduzida pelos nawa, só utilizávamos a pimenta malagueta.

A importância é não perdermos as nossas comidas tradicionais que a gente já vem usando há muito tempo. A importância é essa, se não continuarmos acaba a tradição. A comida, o modo de comer, a língua, as festas, as rezas tudo é cultura e temos que fortalecer, não deixar acabar, continuando como os velhos faziam, a importância é essa.

AAFI Antonio Gilberto Yawanawa



Nossa cozinha tradicional

Embora muitos de nós não conheçamos o nome dos legumes em português, eu os traduzi do jeito que achei certo. O primeiro que traduzi foi o *nawãti* que é uma verdura que meu povo consome muito, chamei em português de couve tradicional, pois ele serve para cozinhar junto da macaxeira.

O segundo que eu traduzi foi o *atsapũ* que em português é conhecido como folha da macaxeira é igual ao *nawãti*, mas tem que ser a folha verde para dar vitamina.

Temos também o *burã* que são os palmitos que comemos da mata como o paxiubão, a paxiubinha, o murmuru e de outras espécies, são muito úteis para situações em que não temos o que comer durante a caçada, pois o *burã* pode-se comer cru.

Existe também o *kunũ* que em português se chama orelha de pau (fungo), serve para salada e para fazer sopa com peixe.

A *takana* serve para se fazer uma sopa. Temos na nossa cozinha tradicional uma receita para cozinhar o peixe dentro do cano de taboca com verduras para comer moqueado.

Por último existe o *nukiwa* que pode ser comido puro na mata ou misturado com milho e amendoim.

AAFI's Lucas Sales Bane Kaxinawa e Raimundo Paulo Ixã Kaxinawa





Foto: Josy de Oliveira

A folha de *nawãti* serve para colocar na nossa macaxeira

Nós povo Huni Kuĩ usamos as nossas verduras tradicionais, como a folha de um cipó que gosta de ter na beira dos igarapés, rios e lagos que se chama *nawãti*. A folha de *nawãti* serve para colocar na nossa macaxeira quando a gente for colocar no fogo.

Quando for cozinhar, as nossas *aĩbu* (mulheres) convidam as outras mulheres para pegar o *nawãti* na beira do igarapé, do rio ou do lago. Quando elas chegam tiram as folhas e levam para o pilão para machucar. Ali elas terminam de fazer tudo isso, pegam 6 ou 7 litros de água e mistura tudinho, depois elas colocam junto com a nossa macaxeira para cozinhar.

Quando termina de cozinhar a gente come misturado com peixe moqueado, assado, cozido ou torrado. A gente também mistura com a carne moqueada, torrada, assada, cozida, seca e desfiada. No entanto se ela tiver com dois dias, nós tomamos o caldo misturado com a nossa pimenta no dia que amanhece chovendo, quando não dá para a gente ir procurar peixe e carne. Ela também é a nossa bebida sagrada dos pajés tradicionais para não pegar câimbra nas pernas.

O nosso *nawãti* também serve para trazer mais para perto das nossas casas. Sua folha também serve como medicina tradicional, nós da aldeia Nova Olinda usamos ele como remédio para gastrite.

AAFI Antonio de Carvalho Kaxinawa



As mães e as avós conhecem os ingredientes para trabalhar na cozinha

O *nawãti* é uma verdura que a gente planta e utiliza para misturar com peixinho, fazer com a folha de kawa, porque ele fica mais gostoso. Também usamos para temperar com macaxeira para que ela fique com cheiro de *nawãti*. Pode misturar com a comida tradicional, mas só as mulheres antigas conhecem a técnica para ficar gostoso.

As mães e as avós conhecem os ingredientes para trabalhar na cozinha, elas podem ensinar para as mais novas. Nossas mulheres fabricam a cerâmica da cozinha com barro e a cesta com a folha das palmeiras e nós chamamos nossos pratos de kantxa.

Nossa cultura Huni Kuĩ não utilizamos a colher, comemos usando as mãos e mesmo assim ficamos com a barriga cheia de saúde e vida. Vale lembrar que sempre lavamos as mãos antes de comer, porque temos respeito a nossa saúde.

Temos um prato tradicional que se chama caiçuma que é o nosso café, para prepará-la usamos o mudubim e macaxeira ralada com batata doce. A caiçuma é nosso suco natural, é a nossa segurança alimentar.

AAFI Ivanildo Paulino Kaxinawa





Preparando pamonha - TI Kaxinawa da Praia do Carapanã
Foto: Daniela Marchese

A nossa verdura nós Huni Kuĩ nunca esquecemos

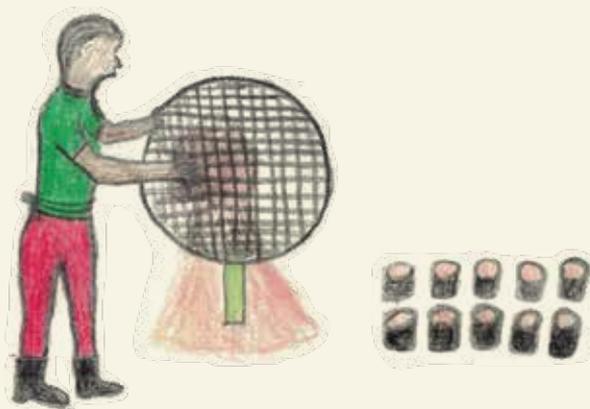
Não existe muita diferença entre os nossos ingredientes huni kuĩ sejam eles do Purus, do Humaitá, Carapanã ou do Jordão. Temos algumas hortaliças tradicionais utilizadas para o preparo de pratos típicos da nossa cozinha.

As verduras e os legumes tradicionais que nós Huni Kuĩ usamos na alimentação tem o olho da tacana, que a mulher faz o tacacá. Para se alimentar a gente tira bastante olho de tacana e coloca na panela e espera de dois ou três dias para amolecer. Quando o olho da tacana está bem molinho, a gente machuca e tempera com as folhas de macaxeira.

Conheço a folha de *nawãtí* que pode ser nativa ou plantada e é usada para temperar a macaxeira por nossas famílias.



TI Kaxinawa do Rio Jordão - Preparando macaxeira com
folha de macaxeira Foto: Arlan Silva



Existe também o olho da cana braba que é encontrado na beira do rio e pode ser colhido num cesto pela mulher que conhece o legume. Para se preparar o olho da cana braba coloca-se por três a quatro dias na água, quando estiver mole se desmancha inteiro e usa para temperar o peixe, a carne, e outros alimentos.

Temos o *butãgue* que também é considerada nossa sopa tradicional onde utilizamos os ingredientes da floresta. A nossa verdura nós Huni Kuĩ nunca esquecemos.

AAFI José Rodrigues Paiva Kaxinawa e Erivaldo Bina Kaxinawa



Pilando banana - TI Kaxinawa do Rio Jordão
Foto: Giulia Pedone

Depois de comer toda a macaxeira, bebe o caldo

Nós usamos as verduras como a folha da macaxeira para temperar as comidas e a macaxeira cozida. Tiramos a folha da macaxeira, ralamos em ralador feito com uma lata furada com prego, colocamos em uma panela misturando com a macaxeira cozida.

Depois de colocar na panela deixa ferver muito tempo para a macaxeira ficar bem mole e pronta para comer. Se não deixar ferver, não fica bem mole. Depois de comer toda a macaxeira, bebe o caldo.

Quem bebe o caldo de macaxeira misturado com as folhas, quando planta a macaxeira na roça, a batata fica grande e na hora de arrancar a batata vêm muitas batatas grandes. Quem nunca toma o caldo de macaxeira, quando planta a batata, ela nasce fina e pequena.

AAFI Abel Paulino Kaxinawa

Tipos de hortaliças que a gente come

Para temperar a macaxeira, primeiro cozinha a folha da macaxeira junto com ela, depois a gente come cozido.

Outro modo de preparar a comida é o uso da palha da banana junto com a urtiga. A gente corta bem cortado, depois bota para escaldar e volta para o fogo. Quando tiver bom, serve de alimento.

Então, esses são alguns tipos de hortaliças que a gente come de todo jeito: cru, assado, cozido, com sal, com açúcar.



A orelha de onça se come crua feita salada

Nós temos algumas verduras da floresta que são a orelha de onça, o açafão e o gengibre.

A orelha de onça se come crua feita salada, cozida com peixe ou com feijão.

O açafão a gente tempera a macaxeira para a farinha ficar amarela, também tempera o arroz.

O gengibre a gente usa para chá e tempera na panela de comida, usa no lugar da pimenta do reino.

AAFI Pedro Evaristo Muniz Nukini



Temos o paka e tawa

Vou mostrar um pouco da nossa cultura sobre as nossas hortaliças tradicionais. Temos o *paka* e *tawa*, com esses dois tipos de hortaliças a gente faz *tawa*, *nuki* e *paka nuki*. Têm essas duas qualidades de comida.

A gente quebra o *tawa mashu*, amontoando só em um canto para o preparo e vai descascando tudo para poder cortar e quebrar. Depois com a folha de *nawãti*, vai misturando e machucando para fazer um bom tempero.

Depois coloca na panela com alguns tipos de carne de nambu, peixe (bodó, curimatã, mandim), jabuti, jacaré ou tatu. Coloca dentro o *tawa nuki* ou o *paka nuki* e fica muito gostoso e faz bem para a saúde.

Nós Huni Kuĩ, *yushabu* e *mestebu* somos acostumados a comer desse modo. São essas comidas que nós chamamos de *tawa nuki*, onde mistura com peixe ou com carne. É uma comida com muita vitamina, esse prato é muito forte na cultura huni kuĩ.

AAFI Jesus Camilo Kaxinawa

A gente tira o palmito do paxiubão

Na nossa aldeia ashaninka a gente tira o palmito do paxiubão para comer. Também tempera a comida com a orelha de pau, mistura na macaxeira cozida quando não tem carne e ela fica temperada.

AAFI Vagner Kampa

Os legumes, as verduras e os temperos

Nós temos a orelha de pau que é um cogumelo, o *nawãti* que é uma verdura que prepara com macaxeira; têm também os legumes como o *tama*, *sheki*, *puá*, *kari*, *atsa*, *tawa*, *mani*.

Estes são os legumes, as verduras e os temperos que os povos indígenas usam na alimentação. Cada um tem um tipo diferente no seu preparo específico para cada alimentação.

O *tama* (mudubim) se prepara junto com a banana, a macaxeira e o milho.

O *sheki* (milho) usa para preparar a nossa caiçuma, fazer o fubá e o pão de milho.

O *puá* é usado para cozinhar junto com a carne. É dessa forma que usamos nossos alimentos e verduras.

AAFI Antonio Renildo Kaxinawa



Algumas espécies não podem ser plantadas dentro da horta

Tem uma folha que usamos que chama de verdura da macaxeira, mas nós temos outras verduras. Tem uma fruta que a gente torra e pisa que se chama Conxaxu, o Huni Kuĩ usa essa fruta para misturar com a caiçuma de milho ou a caiçuma de amendoim.

Na horta tradicional, estamos falando do tradicional da floresta, têm outras espécies que servem para fazer sopa. Algumas espécies não podem ser plantadas dentro da horta, como a taboca e a tacana, porque são espécies que crescem muito, nascem muitos filhotes e toma de conta do espaço, além de ser muito perigoso, porque tem muito espinhos. A tacana nasce também pela raiz, onde a raiz está nasce um pé de tacana, então é por isso que não podemos plantar essas espécies na horta. Porém, podemos plantar outras espécies que só da copa é como se fosse um cipó, pois é mais fácil da gente manejar da forma que queremos.

A folha da macaxeira a gente colhe no meio do roçado, atualmente muita gente não conhece mais outras variedades de folhas que pode cozinhar junto da macaxeira. Não são todas variedades que são para fazer esse tipo de tempero. Eu acho que pelo tradicional do huni kuĩ, temos essas espécies. Porém não temos ainda muitas coisas identificadas, porque são muitas espécies, mas da nossa cultura só são esses mesmos.

Também preparamos o mudubim com a alimentação para dar mais sabor para comer com a macaxeira e a banana cozida.

Algumas palmeiras a gente não come todos os dias, só come quando não tem carne, a gente vai lá e come. A orelha de pau a gente não come diretamente, não são todas as orelhas de pau que a gente come, somente uma que a gente utiliza, só tem uma espécie que comemos.

A orelha de pau a gente não come diretamente, e não são todas as orelhas de pau que a gente come somente uma que a gente utiliza, só tem uma espécie que comemos.



Vou tentar trazer esse conhecimento de volta

Hoje o povo Puyanawa sente por não ter uma hortaliça tradicional, seria muito importante ter uma hortaliça tradicional para termos conhecimento, ter uma horta de verdura nativa da nossa floresta para poder mostrar a juventude, as novas gerações.

Vou pesquisar algumas espécies ver se tem alguém que conheça, vou tentar trazer esse conhecimento de volta e plantar para que a comunidade possa ver e apreciar a nossa verdura tradicional.

AAFI Lucas Azevedo

É importante plantarmos consorciado

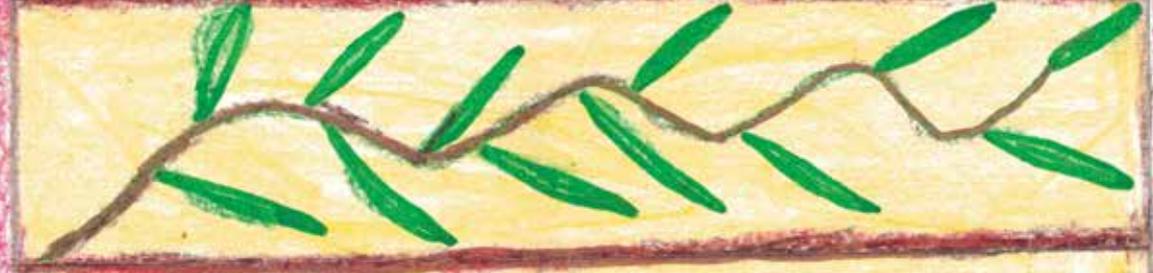
As hortaliças que têm na floresta e pode ser plantada na horta é a folha de couve tradicional, folha de macaxeira de batata amarelinha chamada de varina.

As hortaliças tradicionais para o nosso povo sempre vêm conosco desde a origem dos tempos da maloca até os dias atuais de agora.

É importante plantarmos consorciado com outras hortaliças dos brancos, para não perder, é mais fácil de colher, não precisa ir procurar longe e nem vai esquecer.

A hortaliça ajuda as pessoas com a saúde do corpo e com o crescimento das crianças.

AAFI Antonio Domingos Keã Kaxinawa



Hati nisapei piti kapãshũ piti mĩ mae haya tana baina

Verduras, legumes e tempero que tem nas Terras Indígenas Kaxinawa

Nº	Nukũ hãtxawẽ Língua hãtxa kuĩ	Nawã hãtxawẽ Língua Portuguesa	Nº	Nukũ hãtxawẽ Língua hãtxa kuĩ	Nawã hãtxawẽ Língua Portuguesa
1		Hortelã	11	Nawãti	Couve nativa
2		Couve	12	Atsa pei	Folha de macaxeira
3		Chicória	13	Maxi tupí barã	Maxixe
4		Tomate	14	Tawa debu	Olho de cana braba
5	Mani rare		15	Kunu	Orelha de pau
6		Alho	16	yutxiwã	Pimentão
7	Mixi borã	Jerimum	17	Yutxi	Pimenta
8	Tama	Amendoim	18		Pimenta de cheiro
9	Nawã itsa	Cebolinha	19		Pimenta malagueta
10	Kũta	Coco nativo	20		Coentro

Beiniaki /Levantamento/AAFIs José Rodrigues Paiva Kaxinawa, Virgílio Sereno Feitosa, José Luis



Foto: Josy de Oliveira

Comida também é cultura

Pipeira, *nawãti* e *tawa* são importantes verduras que nós consumimos no dia a dia, com essas verduras a macaxeira cozida dura mais tempo, não estraga de uma semana para a outra, isso facilita da gente não ter que cozinhar todos os dias.

Outra importância é cultivar as verduras nativas para ficar mais próximo da casa.

Nós não podemos deixar de fazer a nossa comida típica para não perder parte da tradição. Comida também é cultura, é necessário ter o nosso alimento tradicional para a segurança alimentar.

Na minha aldeia a comida típica vem sendo consumida na merenda escolar pelos alunos, de segunda a sexta-feira e quarta-feira é a merenda que vem de fora.

AAFI Amiraldo Sereno Kaxinawa

As verduras tradicionais também possuem vitaminas

Para mim é importante ter a horta tradicional na aldeia, porque ajuda a fortalecer a alimentação, a saúde de nossos parentes e de nós mesmos.

As verduras tradicionais também possuem vitaminas. Acredito que não tenha diferença de vitaminas para verdura tradicional. Talvez possa ser diferente na forma e no sabor, a verdura tradicional pode ser até que tenha mais vitaminas, apesar de ser nativa da floresta.

Por isso é muito importante esse tema, porque na minha terra Shawãdawa não conhecemos mais as verduras nativas. Como AAFI vou pesquisar na minha terra com os mais velhos.

AAFI Janison Baiakony Shawadawa



Nossa agricultura é orgânica

Para cultivar as hortaliças que tem na mata em nossas hortas a primeira coisa que tem que fazer antes de coletar as mudas e plantar é conversar com os mais velhos.

É importante ter as hortaliças tradicionais em nossas hortas, pois isso fortalece e valoriza o nosso conhecimento.

A regionalização da merenda escolar além de ajudar o produtor, pois ele vende para a escola a sua produção, a merenda escolar também foi pensada em oferecer a nossa comida típica para os alunos, é uma comida natural, pois nossa agricultura é orgânica, não usamos veneno.

AAFI Gilcélio da Silva Kaxinawa

Hortaliça tradicional plantada na horta

Sobre as hortaliças tradicionais observei na minha aldeia que só plantamos *nawãti* (couve natural), agrião (jambu) e a macaxeira (folha). São essas três espécies.

Achei importante e bom porque você tendo a hortaliça tradicional plantada na horta facilita o trabalho das pessoas. As mulheres ficam mais perto de casa quando precisam das hortaliças para preparar os alimentos, porque já vai ter próximo. Também é uma forma de fortalecer a produção de que são mais usadas na comunidade e por isso precisam plantar muito, porque cada espécie tem o seu sabor e vitamina.

Eu espero que cada família possa ter sua própria hortaliça tradicional por que faz bem para a saúde das pessoas.

Um estudo que podemos fazer com as nossas verduras tradicionais da floresta

Valorizar a alimentação tradicional é um ponto importante, vai contribuir para a nova geração conhecer quais são os alimentos tradicionais. Principalmente os que funcionam ao lado das hortaliças tradicionais, porque vai ser plantado, isso é para a nova geração possa conhecer e entender para que serve. Por isso é importante a gente fortalecer a nossa agricultura e nunca deixar acabar e esquecer as nossas tradições. Devemos sempre segurar o nosso conhecimento, fortalecer e não deixar se acabar e nem esquecer, porque nunca existiu povo sem cultura nem cultura sem povo.

Queria mostrar só um pouco a importância das hortaliças tradicionais. Pelo menos na minha terra indígena é muito difícil ter essas espécies de hortaliças. Eu não sei onde a esposa do pajé conseguiu, mas temos um pouco e dali estamos começando a distribuir. Acho que é muito importante colher, extrair e trazer para perto de casa, porque vai ter facilidade de temperos todos os dias, fica mais fácil para colher.

Se a gente tiver plantada no quintal isso vai ajudar que os alunos Huni Kuĩ possam conhecer as hortaliças que são os alimentos típicos do povo e que servem para outras coisas.

Nós não temos o conhecimento técnico para saber, por exemplo, o tipo de proteína ou vitamina que aquele alimento oferece, mas elas são usadas na nossa alimentação. É importante sabermos identificar as vitaminas que elas fornecem, é um estudo que podemos fazer com as nossas verduras tradicionais da floresta.

Acho que tanto os alunos e as mulheres podem começar a fazer essas práticas, usando as verduras tradicionais e tendo experiências com as verduras que conhecemos. Acho importante que a comunidade tenha a consciência de conhecer, compreender e entender o que é, para que serve e porque se usa no dia a dia.



Comemos muito moqueado no cano de taboca

Comemos palmito da palmeira do oricuri e da jarina, a comida dos Manxineru é igual a dos parentes. Também comemos muito moqueado no cano de taboca e gostamos também de assar carne e peixe com folha de sororoca . Às vezes misturamos com orelha de pau.

AAFI Julião Brasil Manchineri

O sal não é nosso, é do nawa

O sal não é nosso, é do *nawa*, nós usamos a pimenta como tempero para comida moqueada ou assada, por isso dá certo. A gente chama de lwti e usamos para temperar desde antigamente.

AAFI Lucas Sales Bane Kaxinawa

As verduras nativas que existem na aldeia

Essas são as verduras nativas que existem na Terra Indígena. Na nossa cultura existem vários tipos de comidas que nós consumimos, é nosso costume usarmos esses temperos e verduras.

Nº	KENA HĀTXA KUĪ Nome indígena	KENA HAVANA Nome português
1	Mani dare	Sabugueira
2	Nawãti	Folha nativa da mata
3	Mashe	Urucum
4	Atsa pei	Folha de macaxeira
5	Kuĩ xia	Chicória
6	Yutxi	Pimenta
7	Buré	Palmito

AAFI Jesus Camilo Kaxinawa



Foto: Zezinho Lima Yube Kaxinawa



Hati nisapei piti xarabu, kunũ mae tana baina

Hortaliças nativas utilizadas nas Terras Indígenas Kaxinawa do Rio Jordão, Baixo Rio Jordão e Seringal Independência

Nº	Nukũ hãtxawě Língua Hãtxa Kuĩ	Nawã hãtxawě Língua Portuguesa	Haskawa timě Para que serve
1	Atsa pei	Folha de macaxeira	Cozinha com a macaxeira
2	Bure	Palmito de qualquer palmeira (paxiubão, oricuri) ou takana	Salada
3	Kunu	Orelha de Pau	Serve para salada
4	Kũta	Coco nativo	Serve para comer o olho e fazer leite de coco. É muito bom tempero para a carne, porque o coco tem óleo natural.
5	Nawãti	Couve tradicional	Serve para misturar na macaxeira cozida, dá um sabor muito bom.
6	Paka nuki	Taboca macia e nova	Cozida com folha nativa
7	Tawa mashu bedu	Olho de cana braba	Serve para mistura na sopa tradicional.
8	Tawa nuki	Cana braba nova	Usa para fazer sopa. Cozinha por 3 dias e mistura com carne ou peixe.
9	Yutiwa	Tacana nova	Sopa

Beiniaki /Levantamento - AAFIs Rocildo Barbosa Melo Kaxinawa, Lucas Sales Bane, Irineu Sales Kaxinawa Yawarika, Antonio Domingos Keã, 2015.





Foto: Daniela Marchese





Foto: Adriano Dias



Capítulo 3

Horta Orgânica na Terra Indígena



Ter horta na aldeia é contribuir na melhoria alimentar da população

A horta orgânica ajuda na diversificação dos alimentos, no fortalecimento alimentar e na melhoria nutricional. Na aldeia somos acostumados comer mais carne e farinha. A horta na aldeia ajuda com as vitaminas que cada verdura tem, ajuda a gente a ter um corpo mais saudável. Cada tipo de verdura tem um tipo de vitamina que serve para evitar as doenças, limpar a pele e tem verdura que ajuda a vista. A importância de ter horta na aldeia é contribuir na segurança alimentar da população.

Quem aprende o trabalho de horta orgânica é mais um avanço e conhecimento, porque não é todo mundo que sabe fazer uma horta. Os Agentes Agroflorestais estão participando dos cursos, estudando e vendo como se implementa e maneja uma horta diversificada e tudo isso contribui com o trabalho dele. Ajuda na manutenção da medicina tradicional, pois também se cultiva as plantas medicinais na horta. Assim ajuda a trazer essas plantas da floresta mais perto da casa, contribui no conhecimento da comunidade. Uma hora ou outra, precisamos de uma medicina e dentro da mata fica longe, trazendo a medicina para horta esta fica mais perto de casa, se encontra com mais facilidade.

Precisamos envolver as mulheres, conversando, orientando, explicando a importância da horta para ajudar na alimentação dos nossos filhos, do nosso corpo e da nossa saúde. Devemos chamá-las para fazer uma horta na aldeia e envolver os alunos, os pais de família, as mães de família e mesmo que a pessoa não esteja trabalhando, porém estão vendo seus maridos trabalhando junto com os AAFIs. As mulheres vendo esse desenvolvimento e comendo uma verdura gostosa, saudável, sem agrotóxico é muito bom. Assim, podemos envolver as mulheres, elas vendo e comendo e a gente cuidando, quem sabe elas veem e praticam mais o que já vem praticando.

Na aldeia não é assim como a gente vê na cidade com os técnicos e professores trabalham, é diferente a construção da horta, na comunidade usamos mais canteiros trepados e no Centro de Formação os canteiros são no chão. O canteiro é numa caixa de tábuas, ou canoa velha, ou caixas no chão. A gente enche a caixa de paú, paú da floresta de pau podre, de casca de macaxeira, coloca tudo dentro e planta as verduras. Não temos todas as espécies de verdura que tem na cidade é diferente nesse sentido. A gente planta mais couve, cebola de palha, chicória, pimenta, tomate e maxixe.

Na minha comunidade plantamos a pimenta no canteiro, dificilmente planta-se em berço e o manejo é aguar. Não temos veneno para matar as lagartas. Nós tiramos com a mão, matamos e jogamos fora e vai aguar e limpando. Não temos ainda o conhecimento de fazer a poda no tomate. O pensamento é da gente fazer a horta na comunidade na escola para os alunos cuidarem e adquirirem o conhecimento necessário, vamos praticar a poda, fazer a horta no chão e cercar com vara para proteger dos animais.

AAFI Janison Baiakony Shawãdawa



A responsável pelos cuidados da horta é a mulher

Na implementação da horta orgânica utilizamos a madeira roliça, a ripa de paxiubão para fazer o jirau com um metro e meio de altura. Usamos paú de uricuri ou paú de seringa ou qualquer paú de madeira para misturar com a terra em cima do canteiro.

A responsável pelos cuidados da horta é a mulher que faz o trato cultural, rega de manhã e de tarde, aduba, faz amontoa, transplante, tira erva daninha, trata dos predadores como grilo e lagarta, tira folhas sem arrancar o pé e faz a colheita da produção.

AAFI Antonio Domingos Keã Kaxinawa



TI Rio Gregório - Aldeia Yawarani - Foto Paula Romualdo

Quem cuida é a mulher

No trabalho da horta da minha aldeia quem cuida primeiro é o homem que tira as madeiras roliças, pode ser o paxiubão para fazer o jirau, ou pode ser um pedaço de barco.

Pega o paú de madeira de uricuri, faz o canteiro na terra ou no jirau e carrega o paú para a horta e coloca nos canteiros.

Depois disso o restante quem cuida é a mulher. Ela planta as verduras, faz o amontoamento, o tutoramento e olha a horta para ver se tem lagarta ou outro tipo de predador.

AAFI José Luis Henrique Kaxinawa



Foto: Ana Luiza Melgaço

Na minha aldeia cada família tem uma horta orgânica

Na minha aldeia cada família tem uma horta orgânica dentro do quintal. Nós Huni Kuĩ, na terra indígena trabalhamos com a madeira para a construção de horta orgânica.

Nós homens sempre trabalhamos na construção da horta: sempre construimos a horta perto de casa, pode ser na frente ou atrás de casa.

A verdura do quintal é sempre responsabilidade da mulher de cuidar. Ela rega as verduras, vai buscar paú de madeira no roçado para colocar na horta.

AAFI Virgílio Sereno Feitosa Kaxinawa

Esse trabalho deve ser feito na parte da manhã

O manejo da horta orgânica na aldeia é de responsabilidade das mulheres e são elas que tiram as verduras para serem consumidas. Mas não deve tirar a verdura se o sol tiver quente, esse trabalho deve ser feito na parte da manhã.

Elas também não podem colher as verduras quando estão menstruadas, nem podem urinar nos locais próximos onde tem verdura, como a pimenta de tempero. Se fizer isso ela vai ficar ardendo muito. Ela pode urinar em local perto de onde tem a pimenta malagueta, aí ela vai ficar mais forte e arder, mais é bom.

AAFI Pedro Evaristo Muniz Nukini



As verduras são boas para o consumo

A horta orgânica na minha aldeia tem vários produtos. Já vendi verduras para a cooperativa, mas a maioria é para o nosso consumo mesmo. Eu tenho uma horta num terreno que mede 5 metros de comprimento e 6 de largura. Ela é de madeira serrada.

As espécies que a gente usa são: couve, cebola, pimenta, chicória e alface. É importante produzir esse tipo de plantas na aldeia para o nosso consumo e também dá para vender no município.

As verduras são boas para o consumo, porque a gente fica mais forte de saúde, elas têm vitaminas que evita a gente pegar doenças.

AAFI Josué Pereira Cazuzá



TI Nukini - Foto: Paula Romualdo

Nós não vendemos as verduras

Na minha aldeia nós trabalhamos de dois jeitos com a horta orgânica. Primeiro fazemos as leiras, afofamos a terra, colocamos paú ou terra preta, semeamos as sementes e depois é só cuidar. Fazemos o cercado de palha ou de madeira para proteger contra os animais.

O segundo jeito se faz o canteiro atrepado no jirau. Ele é feito de madeira ou tacana, com 2 metros de altura, 3 metros de comprimento e 80 centímetros de largura.

Na horta nós plantamos cebola, tomate, maxixe, coentro, pimenta de cheiro e ardosa, chicória e couve. Quem é responsável de cuidar da horta são as mulheres. Nós não vendemos as verduras, é só para o consumo da comunidade mesmo. Na minha aldeia Paroá, necessitamos de muito mais sementes de hortaliças para fortalecer os nossos plantios e ajudar toda a população.

AAFI Antonio José Barbosa Kaxinawa



TI Kaxinawa do Rio Jordão - Foto: José Ferreira

A cuidadora da horta é a minha esposa



Foto: Josy de Oliveira

Na minha aldeia eu tenho uma horta orgânica que está bem cuidada. Plantei cebola, coentro, pimenta e chicória. A cuidadora da horta é a minha esposa.

Esses produtos foram consumidos no festival de vivência da aldeia, junto com outras produções como banana, abacate e lima.

Tem algumas sementes de hortaliças que nós temos na nossa comunidade que é a cebola e a couve.

Na escola da aldeia tem hortaliça, eu tenho trabalhado junto com os alunos, esse trabalho é muito importante.

AAFI Abel Paulino

Fizemos um canteiro médio

Nós iniciamos o trabalho de horta orgânica da minha aldeia e foi realizado com os alunos e com os pais dos alunos.

Acompanhei junto com eles e fizemos um canteiro médio para semear as sementes para quando nascer, a gente poder dividir entre as famílias. Foram semeadas couve, maxixe, abóbora, tomate, pimenta de cheiro, cebola, pepino e outras espécies.

AAFI Antonio Celino

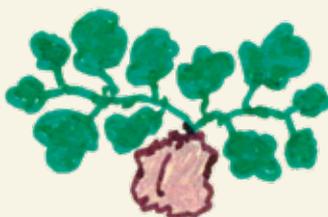
Queremos aumentar a quantidade de plantas

Na minha aldeia a gente já vem trabalhando com produção de hortaliças, mas queremos aumentar ainda mais.

Já tem produção de melancia, pepino, pimentão, maxixe, jerimum, cebolinha e coentro. Queremos aumentar a quantidade de plantas e ter outros tipos de verduras.

Quem é responsável por cuidar desse plantio é o AAFI. Nós não comercializamos, é só para o nosso consumo mesmo, não vendemos no mercado. Queremos produzir hortaliças na escola com a participação dos professores e dos alunos.

AAFI Alfredo Katukina



Construímos uma horta orgânica

Na minha comunidade nós trabalhamos e fizemos um viveiro junto com cinco pessoas, onde semeamos 12 espécies de sementes. Também construímos uma horta orgânica, lá foi semeado cenoura, salsa, tomate, quiabo, alface, mostarda, rúcula, coentro e outras espécies. Ao redor eu plantei banana, macaxeira, milho e inhame.

AAFI Pedro Biló Kaxinawa



Nossas hortas que temos na aldeia são familiares

As nossas hortas que temos na aldeia são familiares. São diferentes dos modelos que tem no Centro de Formação dos Povos da Floresta.

Primeiro para construir horta, usamos uma vara para cercar. Usamos com tamanho de 3 por 5 metros. Também plantamos em canteiro atrapado. Essas são as formas que trabalho com horta na minha comunidade, porém nós ainda não vendemos.

Acho que esses modelos que estamos trabalhando e aprendendo junto no Centro de Formação vai facilitar para vender para a escola.

As verduras que nós temos plantadas na aldeia são: maxixe, tomate, chicória, pimenta e cebolinha.

AAFI José Salustiano Shawãdawa





Foto: Paula Romualdo



Capítulo 4

Os cuidados necessários para ter uma horta

Dependendo do tamanho da horta podemos vender no município

A importância da horta em primeiro lugar é a variedade de alimentos que vamos ter dentro nossa comunidade. Essa prática da horta vem acontecendo há muito tempo em nossas comunidades. Para a juventude é uma nova opção de melhorar a nossa dieta com as verduras que estamos cultivando. Na Terra Indígena em algumas aldeias não trabalhamos com horta no chão, mas com os canteiros trepados que é um tipo de horta tradicional.

Nós Agentes Agroflorestais estudamos em nossos cursos como se implementa e maneja a horta orgânica na aldeia, e estamos ensinando todas às famílias. A horta é importante e possibilita a gente ter nossa vitamina, cada verdura tem um tipo de vitamina, A, B e C, que é bom para as crianças, podemos fazer sopa, temperar a comida, comer salada e ter diferentes tipos de comida. Vejo importante o trabalho de horta orgânica tanto para gente se alimentar, quanto para fornecer uma merenda escolar mais saudável.



Foto: Josy de Oliveira

Estou aprendendo essa forma de trabalhar com a horta orgânica, mas nós na comunidade trabalhamos com os canteiros feitos de tábua. A gente tira a tábua, faz uma caixa e pendura no jirau para fazer o canteiro. Primeiro nós usamos a terra preta, depois o paú e o esterco de gado. A gente faz uma base de 20 cm de fundura de paú para a planta se sentir bem. Quase todas as famílias possuem esse tipo de canteiro para consumo próprio. O que falta mais é fortalecer o plantio de alface, pepino, rúcula, escarola que precisamos fortalecer na nossa comunidade que não estamos trabalhando ainda. Temos que se esforçar em levar isso para a comunidade e trabalhar, tanto em parceria com a comunidade quanto com a escola, porque é importante para a alimentação dos alunos.

Dependendo do tamanho da horta podemos vender no município, agora temos a facilidade de estar perto do município que tem uma feira todo fim de semana. A gente sabe que são poucos os vendedores que vendem alface, cenoura, cebola, couve. No momento não estamos vendendo diretamente para a escola ou para o município porque produzimos mais para o consumo próprio. No canteiro, estamos plantando cebola, coentro, couve e maxixe.

Quando a gente pensa em trabalhar com a comunidade, não pensamos em plantar só as verduras, mas fazer outros plantios junto com a horta orgânica, como as ervas medicinais e as flores. Para gente é algo importante conhecer e trabalhar com a horta, pois é uma forma de aprender e produzir alimentos.

AAFI Antonio Renildo Kaxinawa



Foto: Renato Gavazzi

Construir uma horta orgânica

Para construir uma horta orgânica na minha comunidade primeiro eu marco uma reunião com as lideranças, os professores, os alunos, o agente de saúde, as mulheres e os agricultores da aldeia, para saber quem quer construir uma horta orgânica no seu quintal, para ter sua verdura para comer.

Após a reunião vou procurar o lugar apropriado aonde vai ser feito a horta orgânica, se é na terra baixa ou na terra alta. Fazemos isso junto com o povo da comunidade para eles aprenderem como fazer a horta orgânica. Faço a horta orgânica próximo da água para regar as plantas, a horta deve esta no lado que o sol nasce e para o lado que ele se põe, para as verduras pegarem sol pela manhã e à tarde.

Mesmo na construção de uma nova horta orgânica eu marco a hora, que tamanho posso fazer, após isso faço também a limpeza, depois da limpeza deixo os nutrientes nativos dentro para adubar as verduras.

Para o manejo precisamos fazer coroamento, adubar, cobertura morta, raleamento, desbaste, fazer sementeira, compostagem, biorrepelente, tirar os fungos e regar todos os dias de manhã e a tarde.

AAFI Antonio de Carvalho Kaxinawa



AAFI Luzivaldo Alfredo Melo Kaxinawa

Manejando a floresta

Para fazer uma horta orgânica, primeiro a gente observa o local, o terreno que é bem variado. Também tem o trabalho de manejo da horta. Eu já trabalhei com o manejo. Tem que tirar estaca viva e vara fina, manejando a floresta, palha de oricuri ou cana braba para cercar a horta. Manejamos a envira para amarrar as estacas. Também gostamos de manejar o paxiubão para usar.



Antônio Domingos Kaxinawa

O adubo que usamos é só o natural, paú, folhas de árvores, terra preta, estrume de árvores que caíram, como o paú da sapota, da samaúma, do oricuri e da bananeira.



AAFI Raimundo Paulo Ixã Kaxinawa

Na hora da prática para construir a horta, a gente sente falta de muito material para utilizar no trabalho como ferramentas: pá, regador, ciscador, boca de lobo, enxada, terçado, enxadeco, tesoura de poda, luvas. Muitas vezes faltam algumas sementes de verdura para plantar na horta.



AAFI Ivanildo Paulino Kaxinawa

AAFI José Rodrigues Paiva Kaxinawa



Para ter uma horta tem que cuidar bem

Para construir uma horta orgânica precisa de algumas ferramentas como, pá, enxada, ciscador, boca de lobo, terçado, regador e peneira.

Precisa escolher uma área, fazer a limpeza do local, ter a matéria orgânica e as sementes de verdura.

Depois deve cavar e afofar a terra para fazer o canteiro, a sementeira e o berço.

A água, sol e os nutrientes como o paú são importantes para a horta se desenvolver bem.

Semeia a semente, tem espaçamento, faz amontoa, tutoramento, o raleamento, adubo, a repicagem, o transplante, cobertura morta, sombreamento, rega, faz diagnóstico, maneja com poda e desbaste.

Para fazer o berço precisa de paú de palheira, pau podre, palha de arroz, pó de serra, esterco de boi ou esterco de galinha.

A horta se faz perto de onde tem água, de vez em quando rega com o biorrepelente um remédio para afastar ou matar a praga.

Depois deve cuidar da verdura, regando todos os dias (de manhã e à tarde) e aplicar repelente natural quando for necessário para espantar os insetos.

Para ter uma horta tem que cuidar bem.

**AAAFIs Francisco Elivalter Pereira da Silva e
José Luis Henrique Kaxinawa**

Eu construo o canteiro perto da casa

Para construir um canteiro primeiramente temos que ver o espaço que dá para fazer. Na minha aldeia nós construímos com a comunidade. Eu construo o canteiro perto da casa e perto da água.

Primeiro nós fazemos a limpeza da área com terçado, capina, medimos 1 metro de largura e 3 metros de comprimento, cavamos afofando a terra. Uso como substrato para misturar na terra, paú, terra preta, cinza e areia. Depois de recolher o substrato a gente usa a peneira.

A gente deixa os canteiros com altura de 40 cm, porque quando chove não fica muito baixo e porque a horta precisa de muita umidade para ter folhas boas.

Eu semeio a semente com espaçamento de 10 cm por 20 cm, também transplanto as mudas para plantar no berço com cobertura morta.

Nós regamos às 6:00 horas da manhã e à tarde a partir das 17:00 horas, com duas regas por dia. É assim que trabalho na aldeia com a horta orgânica.

AAFI Pedro Roberto Salomão Kaxinawa



Para fazer a horta é necessário ter vontade e algumas ferramentas

Para fazer a horta nós AAFIs usamos ferramentas como: terçado, machado, ciscador, regador, peneira, enxada, enxadao e linha para medir a área. Depois de limpar a área da horta, se cava os canteiros, coloca o esterco ou a compostagem e faz a cobertura morta.

Para construir uma horta orgânica precisamos fazer:

- ✿ Procurar um lugar perto da água;
- ✿ Limpar a área onde possa ter a luz do sol;
- ✿ Tela para cercar o espaço onde vai ser construída a horta; se não tem tela deve usar algo que possa substituir, deve ser criativo para poder realizar esse trabalho;
- ✿ Madeira para segurar a tela;
- ✿ Enxadao para afogar a terra na construção dos canteiros;
- ✿ Enxada para misturar o adubo com a terra que foi afogada para fazer o canteiro;
- ✿ Boca de lobo para cavar os berços para plantar as espécies que são plantadas direto nos berços. Se não tem boca de lobo, pode usar o terçado;
- ✿ Regador para molhar as mudas na horta;
- ✿ **Composteira:** uma forma de produzir matéria orgânica para a horta;
- ✿ Para fazer uma compostagem precisamos ir na mata colher galhos finos de pau seco com fungos, tronco de bananeira, palha seca, capim verde e esterco. Assim podemos fazer uma compostagem. Depois de três meses podemos aplicar nos canteiros para as plantas terem um crescimento melhor;
- ✿ **Manejo:** é cuidar da horta;
- ✿ **Poda e desbaste:** é eliminar as ramas que estão prejudicando as plantas durante o seu crescimento;
- ✿ **Biorrepelente:** uma forma de prevenir as pragas nas plantas;
- ✿ Trabalhar com sementes boas e de preferência crioulas.

Essa é a nossa forma de construir uma horta orgânica.



Aplicamos nas verduras o biorrepelente

No trabalho com a horta orgânica faz parte regar os canteiros, fazer o plantio direto, o transplante de mudas da sementeira para os canteiros e berços.

Também tem que trabalhar com os insumos, nós fizemos e aplicamos nas verduras o biorrepelente, o biofertilizante e a compostagem. O biofertilizante a gente usa para adubar as verduras para crescer forte, o biorrepelente para as lagartas e outros insetos não ataquem as plantas.

Também a gente tem um trabalho que faz parte do resguardo que é colocar casca de ovo no canteiro, isso evita que quem tem mal olhado, não possa matar as verduras em produção. Para esse trabalho é só enfiar um pau no canto do canteiro e colocar a casca de ovo.



AAFI Antonio Renildo Kaxinawa

Fotos: Josy de Oliveira



Um trabalho de manutenção

O trabalho em uma horta orgânica vai desde o plantio até a colheita das verduras, é um trabalho de manutenção e deve regar todos os dias. Tem que ficar fazendo vistoria de como estão as verduras e quando necessário aplicar o repelente natural.

Antes tem o diagnóstico da área para construção dos canteiros.

Nós construímos os canteiros com comprimentos diferentes e todos com um metro de largura. Colocamos esterco ou paú e fazemos cobertura morta em cada canteiro.

Depois fazemos o transplante das mudas e o plantio direto.

Para cuidar das plantas tem que regar, afofar a terra e fazer amontoa.

AAFI Valmar José da Silva Pereira Kaxinawa

Cobertura morta

No trabalho da horta orgânica achei importante fazer a limpeza nas verduras. Tem que estar sempre limpando as plantas e não deixar cerrada. A gente fez o experimento e observou que a cobertura morta ajudou e não nasceu muito capim. Fizemos cobertura morta nos canteiros e ajudou para a terra ficar úmida.

AAFI Pedro Evaristo Muniz Nukini



O biorrepelente ajuda acabar com as pragas

Para ter a horta orgânica é preciso cuidar. Tem que regar todos os dias, colher, cuidar para os insetos não acabarem com as plantas. Para espantar os insetos se planta cravo de defunto, arruda, capim santo, citronela, hortelã e manjeriço. Também tem o biorrepelente que ajuda acabar com as pragas.

Fizemos um biorrepelente com água sem cloro, um litro de vinagre, dois litros de álcool, cinco cabeças de cebola, alho e pimenta malagueta. Também precisa de fungos da mata, cebola de palha picada, 1.5 litros de mel de cana. Depois de tudo misturado deixa pelo período de uma semana para poder usar nas plantas.

Outra coisa importante de fazer é o biofertilizante. Ele também é líquido, fizemos com esterco de vaca e serve para adubar as plantas. Outra parte importante é o manejo dos canteiros e das plantas. Tem que fazer limpeza, afofar a terra, amontoa, coroamento de algumas espécies e adubação.

Quando vai fazer o plantio e o transplante, precisa conhecer o espaçamento, a ecologia da espécie, igual como se faz no SAF. Tem que colocar cobertura morta no solo e no começo cobrir com palha para proteger do sol forte e da chuva.

A pimenta e o tomate precisam fazer a poda, desbrota, tirar o ladrão para a planta crescer bem e ter boa produção. No tomate e no pepino precisa fazer o tutoramento. A gente trabalho com vara que pega na mata e a envira para amarrar. Tudo isso são os cuidados que precisa ter com uma horta orgânica.

AAFI Pedro Roberto Salomão





Repelente natural

Nº	Mibã Nukũ hãtxawẽ Língua Hãtxa Kuĩ	Mibã Nawã hãtxawẽ Língua Portuguesa	Haskawa timẽ Para que serve
1	Dume	Tabaco	Para espantar os lagartos
2	Dau pua	Flores	Para repelente
3	Iniurpabu	Erva perfumosa	Para repelente
4	Itasami		Para repelente
5	Hina dau	Gergelim	Para espantar as formigas
6	Nawãti	Couve tradicional	Para proteger dos grilos
7	Pinu kuxi bata	Palmito	Para enganar os insetos

Beiniaki /Levantamento: AAFI Lucas Sales Bane da TI Kaxinawa Baixo Rio Jordão, aldeia Nova Empresa, 2015



Fotos: Josy de Oliveira







Capítulo 5

A importância da horta orgânica na saúde das famílias



O consumo das hortaliças é importante para a nossa saúde

Ter a horta orgânica é importante porque facilita o consumo de vitaminas, minerais, fibras e antioxidantes. Geralmente os produtos cultivados na horta crescem rápidos e com isso oferecem mais alimentos de forma ligeira.

Se você está comendo um jerimum, couve, alface, tomate, pimentão e outras verduras, você está consumindo muitas vitaminas e minerais. Sabemos da importância das verduras e das ervas medicinais serem plantadas, como cebolas, chicória, rúcula, pepino, tomate, maxixe, mostarda, couve, capim santo, boldo e outras.

A horta orgânica é importante porque contribui muito para uma dieta saudável, oferece alimentos sem veneno e as verduras têm vitaminas para a melhoria da saúde das pessoas, além de deixar as comidas mais saborosas. Trabalhando entre as famílias da comunidade podemos consumir e vender as hortaliças.

O consumo das hortaliças é importante para a nossa saúde, ajuda a fortalecer os ossos, ajuda no nosso desenvolvimento e no crescimento das crianças.

Se alimentar bem ajuda a prevenir as doenças.

AAFI's Osmildo Kuntanawa e Jesus Camilo Kaxinawa



Produzir mais alimentos nutritivos

As hortaliças são fonte de vitaminas e minerais por isso é importante consumir todos os dias para ter uma boa saúde.

Na horta orgânica se plantarmos várias espécies de verduras, vamos ter a possibilidade de produzir mais alimentos nutritivos, podemos comer salada, melhoramos o nosso alimento, vai servir para vender e para a merenda regionalizada na escola.

É muito importante que as famílias plantem as hortaliças de várias espécies, elas têm nutrientes que são importantes para a saúde do nosso corpo, dos nossos olhos, dos nossos cabelos, da nossa pele, ajuda no funcionamento dos músculos e do crescimento das crianças.

AAFI José Luis Henrique Kaxinawa

Hati nisapei piti kapãshũ piti mĩ mae haya tana baina

Verduras, legumes e tempero que tem nas Terras Indígenas Kaxinawa

Nº	Mibã Nukũ hãtxawě Língua hãtxa kuĩ	Mibã Nawã hãtxawě Língua Portuguesa	Nº	Mibã Nukũ hãtxawě Língua hãtxa kuĩ	Mibã Nawã hãtxawě Língua Portuguesa
1		Hortelã	11	Nawãti	Couve nativa
2		Couve	12	Atsa pei	Folha de macaxeira
3		Chicória	13	Maxi tupi barã	Maxixe
4		Tomate	14	Tawa debu	Olho de cana braba
5	Mani rare		15	Kunu	Orelha de pau
6		Alho	16	yutxiwã	Pimentão
7	Mixi borã	Jerimum	17	Yutxi	Pimenta
8	Tama	Amendoim	18		Pimenta de cheiro
9	Nawã itsa	Cebolinha	19		Pimenta malagueta
10	Kũta	Coco nativo	20		Coentro

Beiniaki /Levantamento/AAFIs José Rodrigues Paiva Kaxinawa, Virgílio Sereno Feitosa, José Luis



Fotos: Renato Gavazzi



Fotos: Giulia Pedone



Fotos: Renato Gavazzi



Fotos: Renato Gavazzi



Foto: Adriano Dias



Foto: Acervo CPI/Acre





Capítulo 6

O trabalho da horta na aldeia



Crianças não podem pegar peso de homem

Gostaria de informar um pouco sobre a importância da horta, pois faço o trabalho de horta com o grupo de homens, crianças, mulheres e cada grupo tem o seu coordenador. Os homens, as mulheres e as crianças são os alunos que fazem os seus grupos, mas tem que ter atividades diferentes. Por exemplo, as crianças não podem pegar peso de homem, então os adultos se organizam, as mulheres se organizam no que for atividade para elas e as crianças também.

Para quem não tem a experiência de trabalhar com toda a comunidade às vezes não dá certo, é isso que eu tenho para passar para os AAFIs novatos. Nós agroflorestais temos que ter o conhecimento técnico, temos que orientar, fazer as atividades e devemos estar próximos dos alunos.

As crianças é de quem precisamos estar mais juntos, ensinar mais para que quando elas cheguem à idade de trabalhar e tenham suas famílias, já tenham esse conhecimento para não faltar.

Devemos trabalhar bem com esses três grupos, assim não faltará nada, terá comida, toda comida é vitamina, é medicina. Assim, tudo que estamos aprendendo com o trabalho de horta orgânica é muito importante, pois serve para ajudar o nosso povo para comer e fortalecer o nosso organismo para evitar problemas de saúde.

AAFI Lucas Sales Bane Kaxinawa



Trabalhar com horta orgânica é não trabalhar com produtos químicos

É muito importante incentivar as mulheres e as crianças a trabalharem na horta orgânica. Trabalhar com horta orgânica é não trabalhar com produtos químicos, é não envenenar a terra e a gente.

É de grande importância que com a nossa orientação os alunos e as mulheres que estão aprendendo, possam desenvolver um trabalho com a horta orgânica nas comunidades.

Na minha aldeia onde moro a gente trabalha com horta na escola e o pessoal é muito empolgado. Ainda têm algumas pessoas que preferem comprar no município do que trabalhar para ter um alimento mais saudável. Mas para isso, quando eu estive no ano passado no curso de formação e quando cheguei de volta na minha comunidade, organizei uma reunião grande. Fiz todos os repasses da importância de construirmos uma horta, porque ali estávamos sabendo que o nosso alimento é saudável, não é um alimento que vem de outro lugar, sem saber se tem produto químico que possa prejudicar a nossa saúde.

É importante nós que estamos aprendendo, saber incentivar os alunos da escola e as mulheres. Depois desse incentivo, alguns chefes de família, as mulheres já estão querendo construir sua horta nos canteirinhos pequenos, para plantar cebola nas canoas de pesca que não servem mais, traz para perto da casa, enche de adubo e ali planta cebola, couve, pimenta que são as mais plantadas na aldeia. O pepino, a alface e a rúcula são novidades.

Nós que estamos aprendendo, queremos levar mais sementes para plantar para as comunidades verem. É importante que as crianças e as mulheres aprendam, porque tudo que aprendemos vamos repassar para as novas gerações.

Eu me disponibilizei na minha aldeia para todos que quiserem construir horta orgânica, estou à disposição para mostrar tudo, desde analisar o canto do plantio, de que forma vamos construir os canteiros e quais as espécies que podemos plantar. Tudo isso já incentivei na escola com algumas práticas.

Devemos envolver as mulheres e os alunos porque em outros momentos nós não vamos estar presentes e eles vão ter aprendido e vão incentivar outras pessoas que estão vindo. Por isso que devemos incentivar e envolver as mulheres e os alunos da aldeia.

AAFI José Marcondes Puyanawa



Foto: Josy de Oliveira

A mulher incentiva o plantio das hortaliças

A importância dos alimentos da horta orgânica é que complementa a nossa dieta com as vitaminas e devemos envolver as mulheres e os alunos para que eles fortaleçam a implementar essa prática nas aldeias.

A mulher incentiva o plantio das hortaliças porque ela gosta de ter a verdura para preparar a comida. Ela ajuda a incentivar a comunidade e os alunos para que eles conheçam os tipos de verduras, pois têm vitaminas que ajudam na proteção de doenças que chegam no corpo.

Na cultura tradicional esses tipos de alimentação como a taboca, a tacana e o mudubim fazem parte da cultura tradicional do Huni Kuĩ. Esses alimentos são muito utilizados pelos pajés, é muito importante essa alimentação para eles fazerem uma dieta específica, para isso tem o tempo certo, não é toda vez que utilizamos essa alimentação.

Os velhos que conheciam já se foram, os que conhecem não aplicam esse conhecimento dentro da terra ou na escola. A gente acompanha e tenta desenvolver, tentamos lembrar, incentivar essa cultura para fortalecer e ser reconhecida pela nova geração, que vem pela frente. Tudo isso a gente tenta multiplicar e muito mais para não perder esse conhecimento.

AAFI Antonio Renildo Pereira Kaxinawa







Capítulo 7

Cultivo e uso das plantas medicinais nas hortas da aldeia



Cada pessoa foi transformada em uma medicina

As medicações surgiram assim: primeiro não existiam doenças, quando apareceram as doenças o povo Huni Kuĩ não tinha como curá-las ou preveni-las.

A partir disso o povo Huni Kuĩ começou a pensar alternativas, foi então que resolveram transformar as pessoas em medicações tradicionais.

Cada pessoa foi transformada em uma medicação diferente, algumas pessoas transformaram-se em ervas mais poderosas, alguns se tornaram primos de todas as ervas, eles queriam praticar com *beru besti*, ou seja, a erva poderosa.

Essa erva poderosa os nossos antigos usavam como arma mais poderosa, usavam até para matar outras pessoas.

AAFI Jackson Sales Sereno Kapenawá Kaxinawa



A medicina cultivada na horta fortalece nossas práticas de cura



Para mim a importância de ter as medicinas plantadas na horta é porque quando a gente precisa fazer um cozimento para tomar banho, ou passar no olho ou fazer a defumação, já tem perto de casa e não precisa mais ir procurar e tirar na mata.

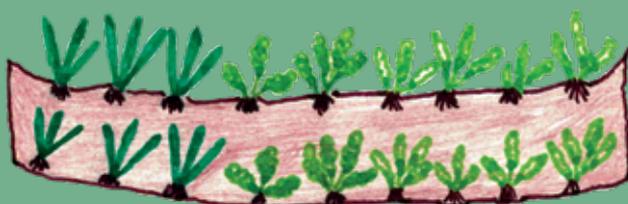


Essas espécies são importantes porque servem para curar tontura, espírito ruim, dor de cabeça, para chamar a sorte, para matar caça e proteger o corpo das pessoas.

A medicina cultivada na horta fortalece nossas práticas de cura e quem planta pode ajudar as pessoas que precisam.

AAFI Edivaldo Mateus Kaxinawa

Fotos: Josy de Oliveira



As plantas medicinais servem para qualquer doença

O povo Huni Kuĩ tem importante medicina tradicional, própria para o nosso ritual e a gente planta algumas medicinas na horta.

Tendo a medicina plantada na horta, quando precisamos dela a gente vai e pega rápido a parte que serve para remédio.

As plantas medicinais servem para várias doenças, cura dor de cabeça, dor no corpo e serve para colocar nos olhos do caçador para matar caça.

AAFI Elias Sales Kãka Bane Kaxinawa

Medicina que a gente tira da mata

Nós temos medicina para picada de cobra e a gente usa quando a cobra nos pica. Nós indígenas não levamos a pessoa picada de cobra para a cidade, temos a medicina para curar a pessoa picada, essa é uma medicina que a gente tira da mata, depois machuca, coloca em cima da ferida e a pessoa fica curada.

O conhecimento que temos das plantas medicinais é de grande importância para a minha sociedade.

AAFI Lucas Yawanawa

O pajé é quem planta o remédio tradicional na horta

Para nós Huni Kuĩ é muito importante ter as hortaliças tradicionais, por isso plantamos dentro da horta as plantas medicinais.

O pajé é quem traz o remédio tradicional da mata, às vezes ele não pode ir buscar o remédio longe e por isso, maneja muitas variedades de plantas perto de casa que são remédios tradicionais.

O pajé é quem planta o remédio tradicional na horta. Têm muitos tipos de remédios tradicionais que o pajé usa para fazer o tratamento na gente.

São muitos os remédios tradicionais que a gente planta na horta, por isso nós Huni Kuĩ não podemos deixar de usar o nosso remédio tradicional.

AAFI Virgílio Sereno Feitosa Kaxinawa



Pajé Felix no seu parque medicinal - TI Kaxinawa/Ashaninka do Rio Breu
Foto: Paula Romualdo



Fortalecer a medicina tradicional na aldeia

O povo Noke Koï precisa ter medicina tradicional na horta orgânica, é muito importante para ajudar a fortalecer a medicina tradicional na aldeia. Também para incentivar os mais novos, os alunos e principalmente os agentes de saúde que trabalham com os pacientes.

Também é uma forma de evitar que acabe para as futuras gerações.

Armédio Carneiro Alves dos Santos Katukina

História da planta medicinal

O cipó Jagube é uma planta medicinal que antes não existia, até que um dia um índio em tempo de morrer pediu aos seus filhos que sempre o visitasse em sua sepultura.

Quando um deles um dia foi visitar a sepultura do falecido pai, encontrou um pé de cipó, um de tabaco e um pé de sananga. Foi assim que surgiu a história da planta medicinal.

AAFI Francisco Elivalter Pereira da Silva

O gengibre é plantado na horta

Gengibre é uma planta sagrada que vive na natureza, é remédio que cura gripe, dor de cabeça e dor no corpo. A gente prepara o ramo em forma de chá, colocamos 4 copos de água, pisamos e esfregamos para o preparo. Tiramos como meio copo para passar no corpo. O gengibre é plantado na horta perto de casa.

AAFI Edmar da Silva Kaxinawa

Medicina para mulher quando está grávida

Na minha horta tenho plantado muitos canteiros com *shuïpama* que é medicina para mulher quando está grávida, perto de ganhar o nenê. A gente pega a folha e coloca na água (1 litro de água) e dá para a mulher beber, assim ela vai ganhar o bebê e não vai sentir muita dor de menino, porque esta folha é para isso. Por isso é muito importante plantar na horta para não precisar procurar e buscar longe na mata.

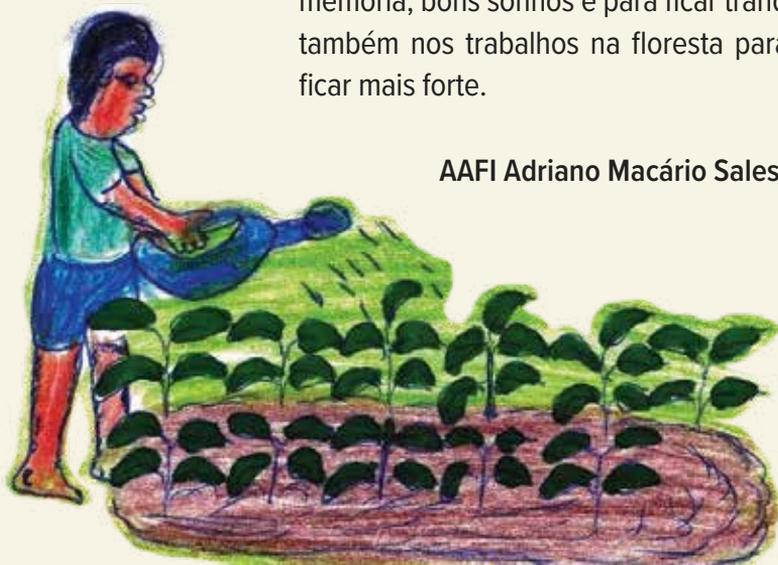
Também tenho plantado na minha horta remédio para dor de cabeça. Outro remédio que nós temos na horta é um que a gente passa no olho para poder se sentir bem no trabalho, não ter muito problema na vida, esse remédio é muito bom.

AAFI Antonio Gilberto Yawanawa

Prática para que a criança tenha boa memória

A planta *daya raû* é usada para banho das crianças, essa prática é para que a criança tenha boa memória, bons sonhos e para ficar tranquila. Ajuda também nos trabalhos na floresta para a criança ficar mais forte.

AAFI Adriano Macário Sales Kaxinawa.



O remédio preparado é bem cheiroso

Vou relatar um pouco sobre as ervas medicinais. A medicina que vou tratar nós chamamos de medicina de “tontice”, se nós matarmos muitas cobras, como a cobra d’água, a jiboia e as cobras venenosas acabamos por ficar com “tontice”.

Nós temos que respeitar a ciência da jiboia, se não respeitar vamos pegar as doenças de “tontice”.

Para curar a “tontice” é importante o uso da dieta, que é recomendado não comer bodó assado, a gente deve comer somente cozido e não comer coisas remosas por um mês. Por isso devemos estar preparados e prevenindo contra as doenças.

O problema da “tontice” está associado a sonho ruim, não querer mais comida, a pele começa a ficar amarelada e vai ficando triste. Por isso nós temos a medicina que chamamos de *dumũ mashe*. Não usamos somente essas espécies, usamos outros remédios misturados para “tontice”.

O remédio preparado é bem cheiroso, pode dar banho na cabeça e no corpo todo.

AAFI Jesus Camilo Kaxinawa

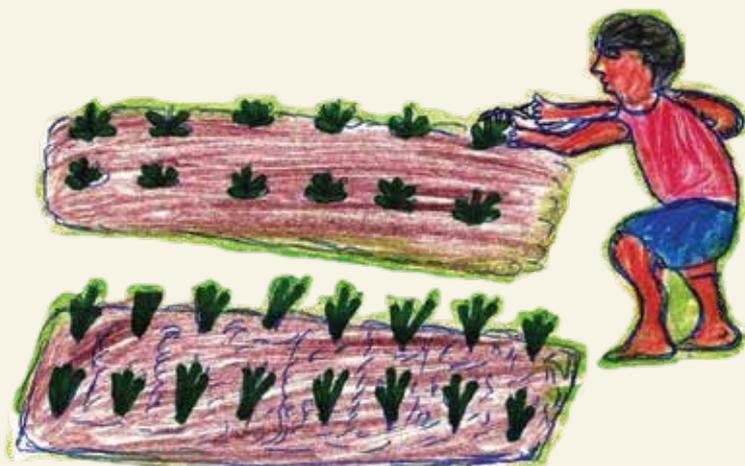




Foto: Josy de Oliveira





Foto: Víctor Reis



Capítulo 8

Adubo da floresta

O paú é o adubo da floresta

O paú as pessoas colhem quando precisa construir a horta e ele serve de adubo. O paú é o adubo da floresta. Cada espécie de paú é utilizada pelas mulheres e homens no trabalho da horta, no viveiro e para adubar as plantas.

O paú é muito importante para as plantas. Se a pessoa usa o paú isso ajuda com os nutrientes para a planta crescer rápida e dar uma produção saudável.

O paú da floresta é um adubo orgânico produzido pela natureza. Você encontra o paú na mata, na capoeira, na terra alta e baixa. Colhemos tendo cuidado com os insetos, escorpiões e piolho de cobra.

Usamos materiais como enxada, terçado, pá, paneiro de cipó ou saco de palhinha.

O paú é a vitamina para as plantas.

AAFI's Edivaldo Mateus Kaxinawa e Antônio Domingos Keã Kaxinawa



Foto: Josy de Oliveira



Foto: Víctor Reis

Na aldeia tem todo tipo de paú

O paú da floresta é um produto natural doado pela natureza, ele é um ótimo adubo para as plantas.

Fazemos a coleta do paú para trabalhar com a horta, o canteiro e as plantas. Das espécies de paú da mata o que a gente mais usa é o de palha de oricuri. A gente vai na mata e limpa a palha.

Às vezes a gente tempera o paú com cinza e também mistura com esterco. Depois a gente peneira o paú. Mas primeiro a gente procura na mata, no roçado e no pau caído. Ele faz com que as plantas e as verduras fiquem mais fortes. Na aldeia tem todo tipo de paú.

**AAFs Julião Brasil Manxineru e
Gilcélío da Silva Kaxinawa**



Foto: Renato Gavazzi



Foto: Josy de Oliveira



Foto: Josy de Oliveira

O paú quando a pessoa vai tirar ele tem que ter muita atenção

Na minha aldeia temos trabalhos com os nossos canteiros feitos de madeira e usamos o paú da floresta para plantar nossas verduras e plantas.

O paú quando a pessoa vai tirar ele tem que ter muita atenção, porque no paú pode ser morada dos insetos, como escorpião e piolho de cobra.

Primeiro a pessoa tem que limpar ao redor, separar uma parte com um pedaço de pau e depois juntar com um prato.

Quem junta o paú pode ser o homem ou a mulher e podem carregar no saco ou no paneiro. Este é o trabalho que é feito com o paú da aldeia.

AAFI Antonio Renildo Kaxinawa



AAFI Edimar da Silva

Elaboração de compostagem

A compostagem é um adubo para a planta muito completo, é um trabalho que a gente prepara que virar um paú diferente do paú da mata.

Para preparar uma compostagem é muito fácil e depende do tamanho que você quer fazer. O importante é manter a largura do composto para ficar mais fácil na hora de revirar.

Os materiais usados são cortados em pedaços pequenos. Pode usar pedaços de galhos finos de algumas plantas, capim, palha de banana, margaridão, folhas de ingá que tem muito nutriente, esterco de gado ou de galinha, também pode usar fungos que ajudam na decomposição para ser mais rápida.

O tamanho do comprimento pode ser de até 20 metros. Depois de pronta deve cobrir a compostagem com folha de palha e deixar sem mexer por uma semana.

Depois de uma semana tem que verificar a temperatura e para ver isso usamos o terçado. Também devemos ver a umidade, o material não pode ficar muito seco e nem muito molhado. Tem que estar sempre virando a compostagem para poder decompor mais rápida. Se a compostagem está seca, é preciso jogar um pouco de água, mas não deve ficar aguada e nem abafada. Quando a compostagem fica pronta se usa o composto nas plantas da horta orgânica.

A compostagem a gente faz no nosso curso de formação, isso deve ser feito onde não tem muito paú para as plantas. Nas hortas orgânicas das aldeias é pouco usado a compostagem porque tem muito paú na mata.

**AAFIs Ismael Menezes Brandão Shanenawa,
Matxerenke Ashaninka e Isaac Augusto Kaxinawa**



BENIAKI MIXPU NIMERANUA

Adubos da Floresta

Nº	Kena huni kuīna Nome Indígena	Kena nawana Nome português	Nº	Kena huni kuīna Nome Indígena	Kena nawana Nome português
1	Shebũ mixpu	Paú de uricuri	14	Karu mixpu	Paú de cinza
2	Kaxu mixpu	Paú de mulungu	15	Una mispu	Paú de formiga saúva
3	Bua itsa mixpu	Paú de Alho	16	Mai mexupa	Paú de terra preta
4	Hẽpe mixpu	Palha de jarina	17	Pani mixpu	Paú de murmuru
5	Shunu mixpu	Paú de samaúma	18	Shawá mixpu	Paú de manixi
6	Bĩ mixpu	Paú de Seringa	19	Sheshu mixpu	Paú de cajá
7	Aku mixpu	Paú de cumaru de cheiro	20	Kaĩ Hi mixpu	Paú de Arara
8	Kuti mixpu	Paú de jaci	21	Tawa shaka mixpu	Bagaço de Cana
9	Isã mixpu	Paú de patoá	22	Shenã pei mixpu	Paú de folha de mudubim
10	Tau mispu	Paú de paxiúba	23	Shenã pei mixpu	Paú de ingá
11	Nisti mixpu	Paú de paxiubinha	24	Nakash mixpu	Paú de cupim
12	Kû tawã mixpu	Paú de cocão	25	Inu shua mixpu	Paú de mucuna preta
13	Iã mixpu	Paú do lago			

Beniaki/Levantamento: França Pinheiro Tui Kaxinawa. Aldeia Nova Aliança - TI Alto Purus - Nashabaki/Data: 23/9/97



NOKE MAÏ NHAKIÃ HIWI NII TXAVAÃ PAYO

Adubos da Floresta

Nº	Nokẽ vana Nome Indígena	Yarã vana Nome português	Nº	Nokẽ vana Nome Indígena	Yarã vana Nome português
1	Piti payo	Paú de Uricuri	11	Peri payo	Paú de Paxiubinha
2	Hiwi payo	Paú de mulungú	12	Kota payo	Paú de Cocão
3	Hiwi payo	Paú de alho	13	Iyãnakiã hiwi payo	Paú do lago
4	Pitxo payo	Paú de Jarina	14	Shoã payo	Cinza
5	Shono payo	Paú de Samaúma	15	Mai nakash	Formiga saúva
6	Kora payo	Paú de Seringa	16	Mai txeshe	Terra preta
7	Shapo payo	Paú de Cumaru	17	Hiwi payo	Paú de Murmuru
8	Shevo payo	Paú de Jaci	18	Shana payo	Paú de Manixi
9	Isa payo	Paú de Patoa	19	Hiwi payo	Paú de Cajá
10	Tao payo	Paú de Paxiúba	20	Veko payo	Paú de Arara

Levantamento: Marcelino Rosa Metsa Katukina – Terra Indígena Campinas - Data: 24/9/97

Repelente natural

Nº	Mibã Nukũ hãtxawẽ Língua hãtxa kuĩ	Mibã Nawã hãtxawẽ Língua Portuguesa	Haskawa timẽ Para que serve
1	Dume	Tabaco	Para espantar os lagartos
2	Dau pua	Flores	Para repelente
3	Iniurpabu	Erva perfumosa	Para repelente
4	Itasami		Para repelente
5	Hina dau	Gergelim	Para espantar as formigas
6	Nawãti	Couve tradicional	Para proteger dos grilos
7	Pinu kuxi bata		Para enganar os insetos

Beiniaki /Levantamento: AAFI Lucas Sales Bane da TI Baixo Rio Jordão,
aldeia Nova Empresa, 2015





Foto: Josy de Oliveira



Capítulo 9

Manejo das pragas sem uso de veneno



Prática cultural para espantar as formigas

Para combater a formiga de roça na minha região eu uso a tripa de *buu* e *ibuu*. *Ibuu* é aquele bodó que tem no rio, e buu é o curimatã, tipo uma sa-baruazinha. Essa prática cultural é importante para espantar as formigas. A gente usa esses dois tipos de peixes, tira as tripas e coloca os dois juntos, cava e enterra. A gente cava um buraco e coloca dentro do olheiro (da casa) da formiga e tapa.

Funciona porque além de ser amargo, tem o mau cheiro, as formigas não suportam e vão embora. Com aquele cheiro ruim, as formigas trocam de lugar.

É isso que a gente usa para combater a formiga de roça. Essa é uma das experiências que eu tenho.

AAFI Edimar da Silva Kaxinawa



Deusimar Machineri

Um remédio natural fácil da gente fazer

A experiência com o nosso remédio natural que a gente vem trabalhando e que eu já vi, se usa para combater a formiga de roça foi com o fato de peixe.

Outro remédio que já vi também foi com a cana. A gente tira um pedaço de cana e planta em cima da casa da formiga de roça, isso afasta a formiga e ela vai embora.

Não sei por que, se é o doce que ela não gosta. Mas isso é algo que funciona, é um remédio natural fácil da gente fazer.

AAFI Antônio Renildo Kaxinawa

Para combater a formiga de roça

Na minha aldeia para combater a formiga de roça eu pego a tripa do tatu, cavo um buraco na boca do formigueiro, coloco a tripa e tapo o buraco. É o único remédio que eu acho mais importante. Pode tirar o fato dele, enterrar e com dois dias e meio elas vão embora.

AAFI Paixão Rubens Jaminawa



Repelente natural que usamos na aldeia

O biorrepelente é um repelente natural que a gente aprende na nossa formação. Conheço um biorrepelente que é uma calda para ajudar as plantas no roçado quando os insetos atacam. Fizemos um biorrepelente usando nove pés de cebola braba. Fizemos com 50 gramas de pimenta do reino, 200 ml de álcool, três pacotinhos de tabaco, colocamos 18 folhas de citronela e mistura com água. Esse repelente a gente faz e vai borrifar no caminho da formiga. Quando as formigas saem para andar no seu caminho e sente o repelente, elas não voltam mais e mata mesmo. É o que eu aprendi na minha aldeia. Funciona mesmo. Fui até convidado para ajudar os Apurinã, porque as formigas estão prejudicando as roças deles, eles estão começando a passar necessidade de alimento.

Outro biorrepelente natural que a gente conhece é o cipó cruz. É aquele cipó que nós usamos para artesanato, ele é tipo do cipó espera aí. Mistura ele com a cebola braba. A gente pega a folha da cebola braba e a casca do cipó cruz, sai cortando a folha da cebola braba e o pedaço do cipó cruz. Sai colocando uns 10 metros dentro do caminho da formiga. Pode deixar lá. Aquelas caçadeiras saem, elas colhem o que fica no caminho, levam para a casa e as que comem já eram. Foi assim que conseguimos acabar com os formigueiros. Foi uma boa experiência prática que tivemos lá na aldeia. É um repelente natural que usamos na aldeia.

Contra os gorgulhos se usa o cipó cruz, misturando com álcool ou água, serve o armazenamento do milho. Faz ele em 20 litros de água. Pulveriza a espiga de milho com o preparado. Depois pode guardar o milho no paiol que vai durar bem, não precisa se preocupar.

AAFI Antônio de Carvalho Kaxinawa

Quando o milho é novo, a gente tem problema com uma lagartinha



Foto: Josy de Oliveira

Eu sei um que a gente usa para cuidar do milho. Quando o milho é novo, a gente tem problema com uma lagartinha que dá no olho do milho, deixando o milho vermelho.

A gente vai na mata, pega um reme-dinho e coloca na ponta do milho e pode deixar que acaba com o problema.

AAFI Ronaldo Mateus



Foto: Josy de Oliveira



Uma forma natural que a gente usa sem prejudicar a terra e a própria floresta

Os biorrepelentes naturais a gente usa na Terra Indígena contra os insetos que afetam desde a horta, até outros plantios de legumes que a gente faz. No caso da formiga de roça, na minha aldeia a gente vem combatendo com água quente. Pega água quente e coloca dentro da casa da formiga. Depois que a água ensopa o caminho delas, elas já não saem pelo mesmo lugar e fazem outro caminho.

Outro remédio natural que a gente usa são os fatos de tatu, do guariba e da paca. Que são animais que têm os fatos fortes, as tripas fortes, que tem o veneno forte, então é isso que a gente usa para espantar as formigas de roça (saúva). Esse é o trabalho que a gente vem fazendo.

Outra coisa quando as formigas estão afetando demais o milho, quando a gente debulha, deixa um pouco de milho na boca da entrada da casa delas. Elas levam para dentro, a gente joga água, ensopa e depois elas não continuam com o ataque que vinham fazendo. É uma forma natural que a gente usa sem prejudicar a terra e a própria floresta. Estamos tecendo nossos saberes com cada AAFI, com cada um que faz as suas práticas nas suas Terras Indígenas.

AAFI Gilcélío da Silva Kaxinawa



Usando o conhecimento tradicional

Nos cursos de Formação de Agente Agroflorestal temos a possibilidade de trocar as experiências sobre como combater as pragas nas aldeias usando o conhecimento tradicional.

Nossos antepassados e ainda hoje usamos a casca do ovo branco, lá a lagarta coloca os ovos dela na casca e não nas folhas. Tem que ser a casca branca e não aquela meio avermelhada. A casca do ovo branco a gente coloca mais na cebola. Na aldeia a nossa experiência é mais essa.

Não temos problemas com outras pragas, as hortas são perto de casa e sempre tem alguém vendo, é fácil de cuidar. Com a experiência aqui da CPI-Acre desde 2012, venho testando também os repelentes naturais nas nossas hortas, mas não precisa muito porque temos pouca praga.

AAFI Lucas Azevedo Puyanawa

Pega o remédio da mata

Para matar formiga de roça a gente sempre pega o caminho onde elas andam, mata umas cinco ou seis formigas, pega o remédio da mata, coloca no fogo, pega as formigas que matou e coloca junto.

Depois coloca no caminho e no buraco delas. Elas vão sair e vão levar o remédio para dentro. Na nossa Terra Indígena a gente usa isso. A gente usa *cutanao*, que é um remédio da mata.

AAFI Rocildo Barbosa Kaxinawa

Essa é a nossa ciência

Tem um tipo de barata que chamamos de bom Jesus. Para espantar essa barata, na nossa ciência a gente usa o osso de poraquê.

A gente vai enfiando pelos cantos e quando a barata vem e sente o cheiro, ela vai embora. Essa é a nossa ciência.

AAFI Elias Sales Kaxinawa

Biorrepelente

Junto com a rega das verduras, também é importante a aplicação do biorrepelente. Uma planta que eu observei muito atacada pelos insetos era a couve. Aplicando o biorrepelente toda semana, foi controlando bem, tinha comida pros insetos e para nós. Isso é importante, porque a gente não está trabalhando com algo que mata, ele só espanta, a natureza continua fazendo o trabalho dela.

AAFI Valmar José da Silva Pereira Kaxinawa

Para fazer o biorrepelente colocamos em um balde 35 litros de água sem cloro, 1kg de açúcar, 1 kg cebola, 1 kg de alho, 2 litros de álcool, 1 litro de vinagre, capim santo, alfavaca, chicória, boldo, terra, fungos e 1 kg pimenta ardosa. Deixa tudo dentro do balde por 9 dias e depois já se pode usar. Para aplicar, usa um copo do biorrepelente para cada regador cheio de água ou 10 litros.

AAFI Francildo Matias de Souza Manchineri

Nós povos indígenas também temos a nossa ciência para espantar as pragas

O biorrepelente é uma mistura de álcool e vinagre e com isso fazemos um produto natural, para se tornar uma proteção para as verduras da horta. Tem três coisas que estou observando: a pimenta natural que é muita ardosa, juntamente com o alho e a cebola. Tem as plantas com cheiro forte como a hortelã e a arruda. Misturando as folhas com os frutos, com a mistura de álcool e vinagre e mais os fungos, temos um produto para prevenir e espantar os predadores que atacam as plantas da horta.

É importante que cada um faça sua observação de como fazer as misturas entre folhas, frutas e o líquido natural ou biológico para aprendermos. Assim vamos por em prática lá na frente nas aldeias.

Na nossa Terra Indígena quando formos construir a horta e incentivar as pessoas, já teremos o conhecimento para ensinar e ver quais os ingredientes são necessários para plantar e saber como prevenir as doenças, espantar e matar os insetos sem usar veneno.

Nós povos indígenas também temos a nossa ciência para espantar as pragas e devemos estar sempre perguntando, pesquisando com quem sabe esses conhecimentos tradicionais, tudo isso é para ajudar e desenvolver a nossa agroecologia.

AAFI José Marcondes Puyanawa



Biofertilizante

Para fazer o biofertilizante é preciso ter 35 litros de água, 10 kg de esterco novo de gado, 2 kg de fungo, 2 litros de leite fresco de vaca. Vai colocando num vaso grande e vai mexendo para dissolver bem, depois tampa bem o vaso. De 2 em 2 dias vai tirar a tampa para observação do preparado e para sair o gás.

Num período de 10 dias ou duas semanas já pode utilizar para regar as verduras.

A quantidade é 100 litros de água com 10 litros de biofertilizante ou para cada 10 litros de água, pode usar 10 ml de água até 200 ml, mas não pode deixar muito forte.

Tem que ter cuidado para não aplicar muito, porque ele é muito forte e pode matar as verduras.

Seguindo a explicação esse é um insumo natural para a adubação.

AAFI Antonio Renildo Kaxinawa



AAFI Alfredo Katukina

Se o líquido tiver brilhoso está bom

Para fazer o biofertilizante, primeiro pegamos o tambor de 50 litros, depois pegamos 35 litros de água, 10 kg de esterco verde de gado, 10 kg de fungo e joga dentro do tambor, coloca 1,5 litros de mel de cana. Com um pedaço de pau mexe para poder a gente colocar 2 litros de leite fresco, sem ferver.

Depois de uma semana a pessoa vai olhar para ver se ficou bom ou ruim. Precisa abrir a tampa para sair o gás e tampar rapidamente. Se o líquido estiver brilhoso está bom, se estiver ficando azedo não é bom sinal.

O biofertilizante tem que ter um cheiro um pouco doce do mel da cana. Se estiver ficando azedo, pode pegar um pouco mais de mel de cana e colocar dentro para tentar recuperar.

Depois de alguns dias se ficar brilhoso, cheiro doce é porque funcionou. Se estiver com cheiro de azedo, não pode regar nas plantas, precisa jogar fora e fazer outro.

Precisa ter cuidado para não ficar muito forte para não matar as hortaliças. Para aplicar nas verduras, tira o biofertilizante do tambor com um caneco cheio e coloca em 10 litros de água, a medida de um regador. É a mesma dose que usa do biorrepelente que espanta os bichos que comem as plantas.

Para as hortaliças ficarem bonitas pode regar uma vez por semana, mas só deve regar as plantas depois que colher as hortaliças.

Essa atividade foi feita com todos os AAFIs do curso de formação.

AAFIs Idelson de Souza Araújo Katukina e Antonio Celino Yawanawa





Capítulo 10

Manejo e conservação das sementes tradicionais indígenas



Nossa autonomia alimentar está na conservação das nossas sementes indígenas

As sementes híbridas são o cruzamento feito em laboratórios de duas ou mais espécies do mesmo tipo de planta para dar os frutos maiores. Mas isso tem consequência negativa, pois as sementes híbridas não geram novas sementes. Elas não nascem várias vezes como as nossas sementes, assim a gente pode perder as nossas sementes que plantamos para a alimentação da comunidade e isso reforça a fome no mundo.

As sementes híbridas e as sementes transgênicas são geneticamente modificadas, têm dono e patente, que são as grandes indústrias multinacionais que vendem as sementes. Quem perde a semente nativa, também chamada de semente crioula, fica dependendo das grandes indústrias, pois vai ter que comprar as sementes todos os anos para colocar o roçado, é como se voltasse no tempo do sovina Yawa Xiku Nawa.

Não podemos ficar dependendo das indústrias para colocar os nossos roçados, nossa autonomia alimentar está na conservação das nossas sementes indígenas.

As sementes transgênicas colocam em risco a saúde humana, dos seres vivos como as abelhas, os insetos e todo o meio ambiente. As consequências são a erosão genética, contaminando desde as ervas daninhas até as nossas sementes indígenas. Por isso, devemos estar atentos para não levarmos sementes transgênicas e híbridas para as nossas aldeias. Temos que cuidar das nossas sementes indígenas.

As sementes indígenas são as melhores sementes, têm a melhor qualidade para semear na aldeia. Para ter soberania e segurança alimentar e nutricional, para manter a nossa saúde devemos sempre semear as nossas sementes nativas.

Não podemos perder as nossas sementes nativas

O perigo das sementes híbridas é que elas podem cruzar com outras sementes, por exemplo, se têm dois tipos de milhos, o milho massa e o milho híbrido, eles podem cruzar e, se isso acontece, a gente perde a nossa semente de milho que sempre tivemos.

É importante o AAFI conhecer qual é o perigo das sementes híbridas e transgênicas, elas representam uma ameaça para os povos indígenas. Temos que tomar consciência da importância das nossas sementes nativas, principalmente as que vêm dos nossos roçados e da floresta. Eu conheço as frutas nativas da floresta, o patoá, a bacaba, o açaí e outras sementes. Conhecer essas sementes é bom porque são naturais e não tem química e não faz mal ao meio ambiente e às pessoas.

As sementes que vêm de fábrica são sementes modificadas, foram produzidas para a gente perder as nossas sementes tradicionais, para a gente ficar comprando sempre as sementes que eles produzem. Não podemos perder as nossas sementes nativas, temos que trabalhar com a comunidade informando a importância de conservar as nossas sementes dos roçados.

AAFI Idelson de Souza Araújo Katukina



Foto: Josy de Oiveira



As sementes nativas ou crioulas são as mais importantes para os povos indígenas

O perigo das sementes híbridas é que elas cruzam com outras sementes crioulas como o milho massa, o milho de pipoca, o mudubim e a gente acaba perdendo as nossas sementes. Nós indígenas temos que ter o maior cuidado para não trazer espécies de sementes que possam destruir as sementes crioulas que temos em abundância.

As sementes transgênicas, chamadas de Organismos Geneticamente Modificados, são sementes que passam por pesquisa no laboratório, mas não tem segurança. Elas nascem bonitas, tem prevenção de pragas dentro dela, mas trazem muitos problemas para os seres vivos, tanto para o homem e mulheres, como para os insetos e outras plantas, pois ela contamina tudo com o seu pólen.

As sementes nativas ou crioulas são as mais importantes para os povos indígenas, porque são as sementes que plantamos e colhemos para continuar plantando todos os anos sem depender de ninguém.

AAFI Antonio José Dantas de Lima Shawãdawa



Foto: Josy de Oliveira



Foto: Nilson Tuwe Sabóia Kaxinawa

Dicionário das palavras técnicas utilizadas na horta orgânica

Abertura de luz: é tirar os galhos que atrapalham a entrada da luz do sol para chegar nas plantas. Com este trabalho, ajuda outras plantas a receberem a luz do sol com mais facilidade e contribui no seu desenvolvimento.

Adensado: é a concentração de plantas próximas uma da outra. Quando as árvores de copa grande se encontram uma com a outra. Também acontece no canteiro, quando o plantio é muito próximo do outro e dificulta o desenvolvimento das plantas.

Adubação: é a prática agrícola que fornece adubos ao solo. Quando as plantas precisam de nutrientes para não ficarem fracas. É colocar paú, esterco ou composto para a planta crescer bem, ficar forte e ter boa produção.

Amontoa: amontoar a terra perto da planta, da verdura.

Berço/ Cova/Leira/Canteiro/maspu/Monte: estas são técnicas de preparo do solo que sempre temos feito nas nossas Terras Indígenas, com o nosso povo para plantar. Uns são para plantas menores, que ficam mais juntas como no canteiro que tem as leiras de coentro. E nas covas e berço são para plantas maiores que precisam de mais espaço.

Biofertilizante: é um adubo orgânico líquido feito com materiais fáceis e podemos fazer em nossas comunidades. É aplicado via pulverizações nas folhas ou junto com a água de irrigação. Fornece nutrientes essenciais para as plantas e auxiliam no controle de doenças e insetos.

Biorrepelente: é um produto natural que afasta as pragas na lavoura. Serve para colocar nas plantas da horta orgânica. Usa um copo em cada dez litros de água para regar as plantas e espantar os insetos.

Cobertura morta: é uma técnica agrícola para conservar a umidade do solo em benefício da planta. A cobertura morta é você usar qualquer tipo de folhas tanto seca como verde ao redor da planta. Deve repicar bem as

folhas antes de colocar ao redor da planta.

Compostagem: é o processo biológico de valorização da matéria orgânica, pode ser uma reciclagem do lixo orgânico misturando com esterco e folhas. Trata-se de um processo natural em que os micro-organismos, como fungos e bactérias, são responsáveis pela degradação de matéria orgânica, transformando-a em húmus, um material muito rico em nutrientes e fértil. Nas atividades da horta orgânica usamos o esterco de gado, de galinha, a folha de ingá, de manga e de outras folhas. O composto quando está pronto serve para colocar nas plantações, na horta orgânica e nas plantas que temos nos quintais.

Consoiciado: onde existem duas ou várias espécies plantadas juntas na mesma área. Um exemplo: a horta orgânica e o SAF com as frutíferas.

Coroamento: é fazer a limpeza nos pés das plantas para melhorar o desenvolvimento e o crescimento.

Desbaste: tornar mais limpo, remover o excesso.

Desbrota: Retirar os galhos novos para não atrapalharem o desenvolvimento das plantas e o crescimento das frutas.

Diagnóstico: observar o que a planta precisa, ver o tamanho da área, quais espécies, a ecologia das espécies na horta, se a quantidade de planta está adequada para a área, conhecer a situação para poder fazer o manejo correto.

Esterco: são fezes de gado, de galinha. Para usar a gente pega o esterco cru e cobre com palha ou folha de banana, deixa por quinze dias e cuida para não azedar. Depois que ele seca a gente coloca na plantação, na horta orgânica. O esterco é um ótimo adubo natural para as plantas.

Afofar a terra: a terra é movimentada (afogada) com enxada, pá, terçado ou enxadeco. É importante afofar a terra do canteiro, colocar no pé das frutíferas e das verduras para facilitar que elas recebam o alimento e fortaleçam a raiz.

Fungo: ele é o que aparece no pau podre, em cima das folhas secas na floresta. Ele serve para fazer biorrepelente para espantar as pragas da verdura. Na floresta têm muitos fungos.

Levantamento: ver o que tem plantado, a quantidade, qual o tipo de espécie e variedades, quantos canteiros tem, quanto é o comprimento, quanto é a largura, quanto é a altura.

Manejo: manter a área limpa, cuidar, plantar mais verduras, fazer o que precisa.

Monitoramento: fazer um acompanhamento para observar como está o trabalho, como está a situação da verdura, se é preciso fazer abertura de luz, observar a ecologia da espécie, qual o manejo necessário, acompanhar se tem inseto.

Paú: é um adubo que vem da floresta, de uma árvore podre (decomposta) serve para fazer canteiro e sementeira. Também coloca em outras plantações e serve para trabalhar na horta orgânica. Também tem paú das palheiras que se encontram nos pés das árvores.

Podar: consiste em eliminar certos ramos e galhos de uma planta ou de uma árvore para contribuir que o seu desenvolvimento seja mais forte e que os seus frutos rendam mais.

Raleamento: quando as plantas estão muito perto uma da outra, precisa separar. Também precisa fazer essa técnica na horta orgânica.

Tutoramento: é uma técnica de estaqueamento e condução da planta para ter melhor produção e evitar doenças. Usa-se vara para apoiar o pé de tomate, a planta de pepino ou outras espécies.

Varal/tutor: é o nome dado a cada uma das peças que servem de suporte para as plantas. Pode ser corda, fio, arame ou madeira.



AAFI Luzivaldo Alfredo Melo Kaxinawa



Foto: Daniela Marchese



As verduras e os legumes cultivados na horta orgânica são importantes para a nossa saúde, cada verdura tem um tipo de vitamina, é bom para as crianças, podemos fazer diferentes pratos como sopa, salada, temperar a comida e podemos fornecer uma merenda escolar mais saudável e diversificada. Podemos assim ter vários tipos de alimentação. Eu vejo isso de poder fortalecer o trabalho de horta orgânica para gente se alimentar como um trabalho que é formidável. Tem mais chance de renda, porque dependendo do tamanho da horta podemos vender no município. Nós Agentes Agroflorestais precisamos esforçar em levar esse modo de produzir alimento para a comunidade e trabalhar tanto em parceria com a comunidade quanto com a escola, porque é importante para a alimentação de todos nós.



AAFI Antonio Renildo Kaxinawa

Realização



Colaboração

