



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO Piauí.
CAMPUS SÃO RAIMUNDO NONATO
COORDENAÇÃO DO CURSO TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

MARIA DA CONCEIÇÃO DE OLIVEIRA MIRANDA

O GERGELIM NA REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO - PIAUÍ

SÃO RAIMUNDO NONATO/PI
2018

MARIA DA CONCEIÇÃO DE OLIVEIRA MIRANDA

O GERGELIM NA REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO - PIAUÍ

Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, apresentado ao Curso de Tecnologia em Gastronomia do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI, como requisito para a obtenção parcial do título Tecnólogo em Gastronomia.

Orientador: Prof. Domingos Alves de Carvalho Júnior

SÃO RAIMUNDO NONATO/PI

2018

FICHA CATALOGRÁFICA

Universidade Federal do Piauí

Biblioteca Comunitária Jornalista Carlos Castelo Branco

Serviço de Processamento Técnico

Miranda, Maria da Conceição de Oliveira

M675g

O gergelim na região de São Raimundo Nonato – Piauí / Maria
Conceição de Oliveira Miranda – 2018.

48 f: il. Color

Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia) – Instituto
Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus São
Raimundo Nonato, Tecnologia em Gastronomia, 2018.

Orientador: Prof. Me. Domingos Alves de Carvalho Júnior.

1. Gergelim 2. Cultura alimentar 3. São Raimundo Nonato – Piauí
I. Título.

CDD 641.5

MARIA DA CONCEIÇÃO DE OLIVEIRA MIRANDA

O GERGELIM NA REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO - PIAUÍ

Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, apresentado ao Curso de Tecnologia em Gastronomia do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI, como requisito para a obtenção parcial do Título Tecnólogo em Gastronomia.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Domingos Alves de Carvalho Júnior/IFPI
(Orientador)

Prof^a. Gerlane Dantas da Silva/IFPI
Examinador

Lucas de Macêdo Negreiros/IFPI
Examinador

Prof^a. Evânia Maria da Silva Ferreira/IFPI
Suplente

À Dra. Zilda Arns Neumann (*in memoriam*), médica pediatra e sanitarista, idealizadora e fundadora da Pastoral da Criança e Pastoral da Pessoa Idosa. Em 1983, através de um programa de assistência social, utilizando uma combinação de gergelim, folhas de mandioca e casca de ovo caipira, assados no forno e triturados, e juntos formaram a multimistura para ser colocada junto da refeição diária, de crianças com quadro clínico de subnutrição, com peso abaixo do esperado para sua faixa etária, problema muito comum, nos países pouco desenvolvidos como o Brasil.

Ao Sr. Napoleão Esberard de Macêdo Beltrão (*in memoriam*) engenheiro e chefe geral da Empresa Brasileira de Pesquisa Agrícola - (EMBRAPA ALGODÃO) que por mais de 20 anos, realizou pesquisas para a cultura do gergelim e colocou todos os resultados do seu trabalho, em livros editados como “O Gergelim no Semiárido” e “500 perguntas e respostas” sobre o gergelim.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao grande Criador do Universo, por sempre me inspirar, me orientar e colocar-me ao lado dos meus entes queridos e de boas amizades.

Aos meus familiares; meus filhos, genros e netos, tios e primos, pelo amor e paciência, tolerância e afeição para comigo.

Ao professor Domingos Alves de Carvalho Júnior (IFPI), pelo incentivo, dedicação, tolerância e amizade.

A Dra. Ana Stela de Negreiros Oliveira, que contribuiu e colaborou através de orientações e com o material didático.

A amiga Liana Sena, que veio de longe, e me norteou no início da pesquisa, fazendo com que eu pudesse avançar nessa jornada, vencendo barreiras que eu não conseguia transpor. Gratidão eterna.

Aos amigos, Dirno Vilanova e Geuid Cavalcante (IFPI), pela gentil camaradagem e por terem me oferecido as ferramentas principais para conseguir iniciar o meu trabalho de pesquisa.

A todos os professores e funcionários do IFPI – Instituto Federal do Piauí, São Raimundo Nonato, pela atenção, gentileza e solidariedade que sempre me dispensaram.

Aos colegas de classe por sempre me incentivarem a persistir e pela convivência harmoniosa em todo o tempo em que convivemos em classe durante o curso, e em especial a Isabel Lima, saudosa companheira dedicada e solidária e Lucas Negreiros por todas as gentilezas e camaradagem.

A Jaciara de Araújo Bastos – IPHAN- Instituto do Patrimônio Histórico e artístico Nacional - escritório técnico de São Raimundo Nonato, agradeço todas as gentilezas e colaboração.

Ao querido Adonias Antônio Galvão Neto, pelo apoio e grande incentivo. Gratidão e amizade.

A querida amiga, Mislaine da Silva Amorim, minha gratidão pela participação prestimosa em todos os momentos de dificuldades. Que Deus lhe pague e proteja.

[...] outra comida de que às vezes sinto saudades é da paçoca de gergelim pisado no pilão com farinha e rapadura. Comida de sustança. Gergelim dava em qualquer monturo: bastava jogar um punhado de sementes no chão. O resto ficava por conta da natureza. Para proteger as roças das pragas plantava-se gergelim. Nos aceiros: A folha da planta é tão amarga que nem formiga nem bode nem jegue comem. Todo mundo tinha em casa. Todo mundo comia torrado. Um dia descobriu-se que gergelim é rico em não-sei-quê e pronto: o que era bagulho de pobre virou comida de madame. Pensei comigo - Agora os agricultores miseráveis vão lavar a égua. Ledo engano. O gergelim misteriosamente desapareceu dos monturos e dos roçados do sertão. Hoje só se vê gergelim em confeitaria de luxo ou em casa de produtos naturais. O preço nem é preciso dizer, é proibitivo. Os pobres estão comendo biscoitos com recheio de anilina. (Cineas Santos)

RESUMO

A presente pesquisa tem como objetivo estudar o consumo do gergelim na dieta alimentar dos habitantes da microrregião de São Raimundo Nonato desde o início da sua colonização e expansão demográfica do século XX e, os motivos que levaram essa atividade rural ao esquecimento, justamente, porque nos dias atuais, o gergelim vem sendo largamente consumido pelo mercado de alimentos em todos os países do mundo, como ingrediente constante na gastronomia e na indústria de alimentos, incluso na panificação, nas receitas de biscoitos, pizzas e outros alimentos, sendo que, na maior parte das vezes, servindo apenas como um ingrediente complementar para valorizar comercialmente, a aparência do produto fabricado, não levando em consideração, suas propriedades nutricionais. O trabalho busca identificar os motivos da redução do gergelim tanto no plantio como na dieta alimentar na região do semiárido do sudeste do Piauí, em particular na região de São Raimundo Nonato.

Palavras-chave: Gergelim. Semiárido. Cultura alimentar.

ABSTRACT

The present study aims to study the consumption of sesame in the diet of the inhabitants of the micro region of São Raimundo Nonato since the beginning of its colonization and demographic expansion of the twentieth century and the reasons that led this rural activity to oblivion almost completely , precisely because sesame is now widely consumed by the food market in all countries of the world, as a constant ingredient in food and food industry, including baking, recipes for biscuits, pizzas and other foods, and most of the time serving only as a complementary ingredient to commercially enhance the appearance of the manufactured product, not taking into account its nutritional properties. This work aims to identify the reasons for the disuse of sesame seeds in planting and diet in the semi - region of southeastern.

Keywords: Sesame. Semi-arid. Food culture.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Sementes do gergelim branco e preto.....	14
Figura 2 – Gergelim no quintal das residências.....	36
Figura 3 – Feixes de gergelim para secagem.....	37
Figura 4 – Comércio de gergelim Mercado do Pequeno Produtor.....	40
Figura 5 – Comércio de gergelim Mercado do Pequeno Produtor.....	44

Sumário

1	INTRODUÇÃO	11
2.	OBJETIVOS	13
2.1	OBJETIVO GERAL	13
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	13
3	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	14
3.1	HISTÓRIAS DO GERGELIM	17
3.2	O GERGELIM NO BRASIL E NA REGIÃO NORDESTE	19
3.3	USOS E PROPRIEDADES NUTRICIONAIS	21
3.4	IMPORTÂNCIA E POTENCIAL ECONÔMICO DO GERGELIM	23
4	METODOLOGIA	25
4.1	A REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO	25
4.2	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	27
5.	O GERGELIM NA REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO	32
5.1	CONTEXTO HISTÓRICO E SOCIAL	32
5.1.1	Considerações sobre os hábitos alimentares dos sertanejos	34
5.2	GERGELIM: USOS HISTÓRICOS PELOS SERTANEJOS	35
5.2.1	Plantio, colheita e armazenamento da semente do gergelim	37
5.2.2	Formas de preparação do gergelim	39
5.3	A DIMINUIÇÃO DO USO DO SÉSAMO: (DES)USO ATUAL DO GERGELIM	43
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	46
	REFERÊNCIAS	48

1 INTRODUÇÃO

O gergelim foi introduzido no Nordeste brasileiro, pelos portugueses, desde o início do século XVI, com a intenção de fortalecer o cardápio do sertanejo, por conhecerem suas propriedades nutricionais e sua adaptação ao clima da região, pouco exigente por água, além do que, uma grande parte do território nordestino possui clima semiárido, que é um regime pluvial escasso, com solo ácido e pedregoso, ambiente ideal para essa planta, originária de clima seco e quente.

O gergelim foi um alimento constante nas regiões brasileiras mais remotas, principalmente aquelas que sofriam os problemas de escassez de alimentos, decorrentes do clima, da falta de trabalho remunerado e de extrema pobreza, na zona rural e em grande parte do país, com plantações de pequeno porte para o uso familiar, algumas vezes com o comércio da produção excedente, nas feiras livres e nos pequenos mercados das cidades, com zona rural produtoras de alimentos.

Quase todos os insumos utilizados como base alimentar, até o final dos anos 1970, eram plantados, colhidos e consumidos pelos próprios agricultores, assim como a carne dos animais que criavam e os que caçavam.

Entretanto, os hábitos alimentares começaram a se modificar a partir de 1970, com a expansão da indústria alimentícia, que atraiu o homem do campo para as cidades em busca de novas oportunidades de trabalho, que lhe proporcionou poder aquisitivo para adquirir os novos produtos manufaturados, produzidos pela indústria de alimentos, a exemplo do óleo de soja em garrafa que substituiu a banha do porco, o açúcar refinado em lugar da rapadura, o café torrado e moído, bolachas e biscoitos recheados, farinhas de trigo, de milho e uma infinidade de produtos alimentícios, disponíveis nos mercados, que surgiram em todas as cidades e vilas.

Os dados obtidos com essa pesquisa, bibliográfica e de campo, orientou o estudo para o Trabalho de Conclusão do Curso Tecnologia em Gastronomia (TCC), e determinou a conceituação de que o gergelim poderia ser uma alternativa alimentar para a população de baixa renda, conhecendo suas propriedades nutricionais e por ser uma planta adaptada ao clima semiárido, e que no passado fez parte dos hábitos alimentares dessa região, causou uma inquietação e necessidade de poder identificar e analisar os principais fatores que promoveram essas mudanças levando ao quase abandono, diminuindo o plantio e o hábito de fazer uso desse alimento em seu cardápio diário e que já havia sido uma cultura tão familiarizada ao contexto local, de

nome Sésamo Índico, conhecida no Brasil pelo nome de gergelim, planta que gera sementes muito pequenas, em um breve período, mesmo tempo que o feijão e o milho produzem, ou seja, entre noventa a cento e vinte dias, mas com um diferencial, o preço de um quilo de gergelim é quase cinco vezes maior do que os valores do quilo dos outros produtos anteriormente citados.

Foi plantado, pelos agricultores familiares, e fez parte da dieta alimentar da população da zona rural e urbana, da região do semiárido do sudeste do Piauí, precisamente nos municípios de São Raimundo Nonato e Coronel José Dias, inseridos na área do Parque Nacional Serra da Capivara, Patrimônio Cultural da Humanidade, e também em outros municípios vizinhos, com clima semiárido, contidos no bioma Caatinga, como Caracol, São João do Piauí e Canto do Buriti.

O presente trabalho de pesquisa foi dividido em três capítulos: o primeiro capítulo retrata toda a revisão bibliográfica das publicações existentes sobre esse produto, da origem e evolução do gergelim, suas propriedades, aspectos fisiológicos e morfológicos; o segundo capítulo descreve o local da pesquisa e os procedimentos metodológicos; o terceiro capítulo aborda o contexto histórico cultural do gergelim na culinária da região de São Raimundo Nonato, sua abrangência, o plantio e colheita, formas e receitas das preparações com gergelim, coleta de dados, através de depoimentos de antigos moradores da região. Analisar e compreender os depoimentos dos pesquisados nos questionários, revelou dados importantes que resultaram na conclusão de que houve uma diminuição ou quase desuso do gergelim, tanto na agricultura, quanto no cardápio dos moradores da região, e do mercado consumidor.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

. Investigar a inserção do gergelim na culinária cotidiana no sudeste piauiense passado e presente.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Levantar os usos históricos do gergelim pelos sertanejos na região de São Raimundo Nonato.
- Compreender o consumo atual do gergelim.
- Refletir sobre o seu desuso no cotidiano alimentar.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

De acordo com Arriel; Beltrão (2009, p.18) “o gergelim (*Sesamun indicum* L.) é a mais antiga planta oleaginosa conhecida pelos humanos, e está entre as principais do mundo”. É uma planta de produção anual de distribuição tropical e subtropical e tolerante à seca.

Essa planta provavelmente foi introduzida na região de São Raimundo Nonato ainda no período da ocupação do território pelo colonizador português que veio para o sudeste do Piauí implantar as fazendas de criação de gado nas terras antes povoadas pelos índios, os quais foram expulsos ou dizimados.

Conforme afirma Matos (2007, p.24) Com a implantação das fazendas de gado, o colonizador e administrador, português tendo conhecimento de que a região era inóspita com poucas chuvas, plantaram somente vegetais, os que se adaptassem a essas restrições climáticas, culturas de curto período vegetativo que durassem apenas o período das chuvas na região, como feijão, o milho, a abóbora, a melancia, algumas ervas para temperar, e principalmente a mandioca, para alimentar os trabalhadores, além dos produtos derivados do boi, numa mistura das heranças gastronômicas do branco, negro e índio.

A planta de gergelim muito adaptada ao clima, que já fazia parte dos hábitos alimentares do brasileiro, desde o descobrimento, e largamente conhecida em toda região semiárida do Nordeste brasileiro já colonizado, a exemplo do sertão baiano e semiárido dos estados do Pernambuco ao sertão da Paraíba, poderá ter chegado ao semiárido da região de São Raimundo, trazida pelos imigrantes de origem sírio libanesa, que se estabeleceram no município de Floriano (MATOS, 2007, p. 24).

Para Arriel; Beltrão; Lima (2009), no Brasil, essa planta oleaginosa é conhecida, como gergelim, em outros países, a exemplo da Espanha, é chamado de ajonjoli ou sésamo, til ou gingili na Índia, sesame em inglês, sésamo em italiano, sesame em francês, sesam em alemão e girgilim em Portugal. A planta ainda recebe os nomes de benné, teel, jonjoli, maravilha e se-gis-i.

Também segundo os mesmos autores acima citados (2009, p.30)

Existem 38 espécies de gergelim classificadas dentro do gênero *Sesamun* L, da família Pedalacea. Como toda planta que foi domesticada há muito tempo, o gergelim possui grande heterogeneidade de características morfológicas. O

período vegetativo do gergelim é de 3 a 4 meses. Sua altura varia de 0,50 m até 3 metros, caule ereto, com ou sem ramificações, com ou sem pelos sistema radicular pivotante. O fruto é uma cápsula alongada, pilosa, deiscente ou indeiscente, de tamanho variando de 2 a 8 cm, dependendo da variedade.

Os agricultores residentes na zona rural em pequenas vilas plantavam gergelim na frente e nos fundos das casas, beirando as cercas e que serviam de proteção contra as formigas, durante o período inicial das chuvas. Sua beleza é equivalente a uma planta de jardim por possuir flores em cores que se harmonizam a partir do branco, rosa e lilás. Vale ressaltar que basta apenas que as sementes caiam ao chão e uma pequena quantidade de água, até mesmo nos entulhos de lixo ou buracos nos cimentos e as plantas brotam, embora não seja uma cultura perene, chegam a crescer na altura de um pequeno arvoredo, com mais de 3 (três) metros.

De acordo com Rocha; Lima; Beltrão (2013, p. 34) “as sementes do gergelim são pequenas 2 a 4 mm de comprimento e até 2 mm de largura”. As cores variam de branca, amarelada a preta. Cerca de 1000 sementes pesam entre 2 a 3 gramas e tem muita energia, cerca de 560 calorias a cada 100 g, dependendo da variedade e do ambiente.

Conforme Beltrão; Arriel; Lima, (2001) o gergelim possui resistência estomática bastante elevada à falta de humidade, o que faz com que transpire menos nos períodos críticos e resista mais a seca. Seu sistema radicular pivotante e raízes secundárias chegam a alcançar mais de 1.20 m de profundidade, o que possibilita à planta ter acesso à água armazenada no subsolo e garantir boa produtividade mesmo quando a disponibilidade hídrica for baixa, sendo esse o motivo maior de ter se adaptado ao semiárido do Nordeste.

Também segundo Ferreira; Beltrão (2013, p.18), motivados pela facilidade de cultivo e adaptação às zonas áridas e semiáridas do Nordeste, a Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (EMBRAPA), desde 1986, juntamente com outras instituições de pesquisa, vem desenvolvendo trabalhos de melhoramento genético, que tem contribuído para o estudo da adaptação e estabilidade de genótipos, para obter espécies de cultivares mais produtivos e adaptados ao solo árido, porque embora o gergelim seja resistente à seca, a quantidade de água é de fundamental importância, para o desenvolvimento da planta nos primeiros meses de cultivo.

Essa cultura fez parte da alimentação diária dos habitantes da região sudeste do estado do Piauí e provavelmente de todo o semiárido brasileiro, e com as sementes de

gergelim pode-se extrair óleo, farinha e leite, utilizando-os para fazer muitas preparações como biscoitos, rapaduras, paçoca, temperar saladas e cereais cozidos.

Figura 1 - Sementes do gergelim branco e preto



Fonte: ZANIN, 2015.

Conforme atestam Soares (2009) as principais pragas que atacam a lavoura do gergelim são as lagartas enroladeiras, assim denominadas por se enrolar nas folhas e se alimentar delas, criando orifícios, tecem teias dentro delas onde colocam os brotos que cortam as flores as cápsulas novas, diminuindo a produção. Outras pragas como o pulgão, à cigarrinha verde e mosca branca, também causam prejuízos.

O gergelim costuma matar formigas cortadeiras, as saúvas, que cortam folhas e tudo que encontram, que possa servir para seu alimento em seu incansável trabalho de equipe, inclusive as sementes de gergelim, levam para o formigueiro, e as armazenam durante o período chuvoso para apodrecerem e se transformarem em fungos, que é o seu verdadeiro alimento. As sementes de gergelim possuem elementos químicos capazes de, ao apodrecerem, os fungos produzidos exalam um gás que matam os embriões das novas formigas acabando com quase todo o contingente de elementos no formigueiro (SOARES; ARRIEL, 2009, p.129- 130).

Essa propriedade característica do gergelim serve como uma vantagem para os agricultores familiares, utilizarem plantas dessa cultura em suas lavouras, como medida profilática natural, para as suas roças, já que essas formigas costumam destruir muitas outras lavouras como o milho, o algodoeiro, os tomateiros, e até mesmo os pés de feijão.

No entanto, o que mais prejudicou as lavouras, segundo depoimento de alguns dos antigos agricultores entrevistados, a exemplo do sujeito (01 e 10), no semiárido do sudeste do Piauí, foram os pássaros, em particular os periquitos (guinguirras), que voam em bandos muito numerosos e atacam as plantações, com muita rapidez,

comendo seus frutos, preferindo as sementes de gergelim ainda dentro das cápsulas, assim que estas começam a se abrir, e são apontados como o maior problema no cultivo dessa lavoura, porque os mesmos não conheciam meios adequados para impedir essa devastação, nem mesmo com o uso de espantalhos, feitos com roupas velhas e chapéus, para dar a impressão de ser uma pessoa presente na lavoura.

A maioria dos agricultores e comerciantes entrevistados, 20 pessoas no total, sendo 16 os que plantavam e 04 que ainda vendem o produto no mercado do pequeno produtor no centro da cidade de São Raimundo, denominados aqui como sujeitos, relataram que deixaram de plantar o gergelim pelo motivo de que a pequena densidade pluvial, em anos consecutivos, foi a causa da falta de estímulo que os levou a desistir do sésamo, entretanto continuaram a plantar outras lavouras, a exemplo do feijão e do milho, que também necessitam de precipitações pluviais na mesma dimensão do gergelim, fato que comprova que a falta de chuvas não seria o motivo preponderante, mas provavelmente outros fatores, como por exemplo, o aparecimento de outros alimentos que não dispunham antes.

3.1 HISTÓRIAS DO GERGELIM

Segundo Simas; Joels, (1996, p. 25), a expressão “Abre-te sésamo”, que faz parte da fábula conhecida mundialmente, como Ali Babá e os 40 ladrões, que conta a estória de um ladrão, de nome Ali Babá, que guardava o produto do roubo e saques de sua quadrilha, composta de quarenta ladrões, em uma caverna feita nas rochas de pedra. Era um imenso tesouro, composto por jóias, pedras preciosas, barras de ouro, resultado do trabalho de muitos homens, durante muito tempo. Quando desejavam entrar nessa caverna, fechada por uma imensa laje de pedra muito pesada, e para que ela se abrisse, proferiam algumas palavras mágicas, e a porta se abria. A famosa frase, o “Abre-te sésamo”, tinha o poder de fazer com que a porta se abrisse.

Sésamo é o verdadeiro nome científico do gergelim, e, haveria uma possível menção, ao significado real dessas palavras e que seria referência aos verdadeiros poderes reconhecidos e atribuídos ao gergelim, desde milhares de anos, tanto na África, Índia e Arábia, essas estórias eram contadas pelo povo dessa região desértica no oriente, significando que, quando a porta se abrisse, daria entrada ao esplendor e à

abundância nutricional, e que o verdadeiro tesouro guardado na caverna, seriam os benefícios com a ingestão das sementes.

Os orientais não abandonaram o uso do gergelim em sua dieta alimentar, a exemplo dos sírios, libaneses, árabes, marroquinos e também os asiáticos, como os indianos e chineses.

Segundo Queiroga *et. al.* (2013, p.36) Muitas preparações com o gergelim são iguarias gastronômicas; como o tahine, uma pasta de gergelim tostado e centrifugado, transformando-se em um creme amanteigado, utilizado para passar no pão árabe ou indiano e o homus, que também é uma pasta de gergelim e grão de bico, preparações que são geralmente servidos como entradas, em restaurantes típicos orientais, com pães ou em saladas.

Conforme Bontempo, (1992, p.40) O Gersal, mistura do gergelim de coloração preta, mais rico em cálcio e vitamina A, torrado e triturado, com a adição de uma pitada de sal marinho, que é puro, sem adição de sódio ou qualquer outro produto químico, apropriado e utilizado como um tempero para saladas, e principalmente polvilhado sobre uma porção de arroz integral cozido, que faz parte da dieta alimentar de origem japonesa, milenar, a Macrobiótica¹,

Ainda segundo Simas; Joels (1996, p.25), “há cinco mil anos atrás os chineses utilizavam o gergelim não só para alimentação, mas queimando o óleo para fazer fuligem para impressão de suas publicações. Os egípcios as moeram, junto com outros cereais, para fazer uma farinha usada em pães e outros pratos”.

Ainda para os mesmos autores, o gergelim foi importante na cultura do Egito porque quando se abriam alguns sarcófagos, como são chamadas as urnas funerárias de faraós, de nobres encontravam sementes de gergelim, colocadas e enterradas junto às múmias, acreditando que os mortos teriam alimento de qualidade, na vida eterna.

Existem fortes indícios, de que o óleo do gergelim tenha sido aproveitado como combustível para iluminação de templos e palácios de faraós no Egito e residências de nobres em todo o oriente, em virtude de que essa planta foi a primeira oleaginosa plantada pelos antigos, logo após a pré-história, não existindo ainda nesse período outra planta oleaginosa cultivada ou conhecida.

¹ A Macrobiótica tem o objetivo de propiciar ao usuário uma vida longa e saudável e nos dias atuais vem sendo adotada por pessoas chamadas de alternativas, o que significa outra opção de vida. A palavra vem do grego (macro=grande; bios=vida) e significa “vida longa”.

Para Arriel; Beltrão (2009, p.18) existem muitas controvérsias sobre a origem do gergelim, e por se tratar de uma planta muito antiga, considerada a primeira oleaginosa cultivada pelo homem, não se pode afirmar com precisão, o exato lugar de sua procedência. O continente Africano possui a maior quantidade das espécies primitivas conhecidas em todo o mundo, o que leva a pensar que pode ser originário da África, porém é na Ásia, mais precisamente na Índia, onde se encontra a maior diversidade em todo mundo, de espécies de gergelim cultivadas.

São conhecidos registros do uso do óleo e das sementes em países africanos e asiáticos de mais de 4.500 anos antes da era cristã. O gergelim se expandiu para o Sudão, Egito e Índia onde se originaram novos tipos e gêneros, seguindo depois para China, Japão e Mesopotâmia e nos tempos atuais é parte integrante do cardápio alimentar das regiões mediterrâneas e da culinária árabe (ARRIEL; BELTRÃO, 2009, p. 18).

As pequenas sementes eram jogadas em todos os trajetos das longas viagens, para que germinassem e fossem colhidas no retorno das viagens. Foi cultivada pelo homem, quando deixou de ser nômade e se tornou agricultor, serviu como alimento para viagens longas por ser fácil de transportar e pelo motivo de não se deteriorar e ser consumido *in natura*. (ARRIE, BELTRAO, 2009, p.185).

3.2 O GERGELIM NO BRASIL E NA REGIÃO NORDESTE

De acordo com Souza; Ferreira; Beltrão (2009, p.19), os colonizadores portugueses introduziram o gergelim no Nordeste do Brasil, com a intenção de plantar nas regiões semiáridas, em virtude de ser uma cultura adaptada ao clima de seca pouco exigente por água da chuva, e, portanto, uma fonte de alimento para pequenos e médios produtores, adequado para a população que não dispunha de muita diversidade de alimentos, em consequência do clima, e por conta da grande distância dos grandes centros urbanos e comerciais. Era cultivada também para extração do óleo utilizado na produção de alimentos.

De acordo com Arriel; Beltrão (2009, p. 19), “seu cultivo foi difundido amplamente pelo Brasil também como técnica alternativa para o combate da formiga saúva, o qual acontece, mas dentro de certos limites, pois o gergelim consegue manter uma quantidade tolerável de formigueiros, contudo não os extingue completamente”.

As condições econômicas dos primeiros habitantes dessa região semiárida, depois do abandono das fazendas, no caso dos trabalhadores que vieram extrair o

látex, no início do século XIX, eram muito precárias não somente pelo clima de seca, que se alternava com períodos chuvosos, e trazia uma nova esperança para os posteriores anos, quando a densidade pluvial era pequena, e quando havia sementes para replantar, mantendo o estoque anual de suprimentos.

O trabalhador da extração da maniçoba (*Manihot piauenses*), que ficou conhecido pelo título de “maniçobeiro”, dono de um pedaço de terra, que poderia ser um quintal ou uma roça com poucos hectares, não plantava quase nada, vivia quase que, só do extrativismo, tanto do mel e frutas nativas como o umbu, e da caça de animais silvestres como tatús, porcos do mato, mocós e outros animais que habitavam a mata da caatinga.

Quando chegava o período das chuvas, semeavam o feijão e a mandioca, herança dos ancestrais, os índios, com a qual preparavam vários subprodutos, a saber, a farinha de mandioca, o polvilho para o beiju, e a raiz cozida para acompanhar uma refeição ou uma merenda, de acordo com depoimentos de seus descendentes, porque não existe nenhum registro bibliográfico, que mencione o cardápio alimentar dos habitantes dessas terras.

De acordo com Oliveira (2014, p.23) No semiárido, região do sudeste do Piauí, a herança mais importante do colonizador se deu com a vinda do gado e alguns outros animais de criação como o carneiro e a cabra, as galinhas e os porcos, ainda no século XVIII. Da cultura africana, como a escravidão não teve uma presença marcante, na região, foi pouca a influência, sendo a galinha de Angola o item mais representativo, porque está presente na receita alimentar do sertanejo catingueiro, persistindo até os dias atuais.

Conforme Arriel; Gondim; Andrade (2009, p. 40), com relação ao gergelim, no Nordeste, mais precisamente no estado da Paraíba, através da EMBRAPA, -Algodão- Empresa Brasileira de Produtos Agrícola, “a exploração comercial se iniciou em 1970, em consequência da diminuição considerável, na produção do algodão, causada por uma forte e duradoura seca, e o surgimento de uma praga, um besouro conhecido como ‘bicudo’”.

Segundo Souza, Ferreira e Beltrão (2013, p. 13), O gergelim foi escolhido, na substituição ao algodão, para a exploração do óleo no projeto do Programa Brasileiro de Biodiesel, embora a sua produtividade seja inferior à maioria das oleaginosas cultivadas, como o amendoim, a soja, girassol e a mamona, por produzir um óleo de qualidade superior ser uma alternativa agrícola ao alcance do pequeno e médio

produtor, ser adaptado ao clima semiárido, exigir práticas agrícolas simples, e por ser utilizado na alimentação humana.

Também de acordo com os mesmos autores, a exploração agrícola no nordeste teve o objetivo de reduzir a estagnação das indústrias de óleo da região que conta com uma grande disponibilidade de mão de obra.

Segundo Queiroga *et. al.* (2013, p. 105), No município de São Francisco de Assis do Piauí, experiências com pequenos produtores, indicam que o gergelim orgânico tem se apresentado como uma importante alternativa socioeconômica para a região.

3.3 USOS E PROPRIEDADES NUTRICIONAIS

Conforme Souza; Firmino, e Beltrão (2013, p.19), o gergelim é reconhecido por ser um alimento de alto valor nutricional, rico em óleo e proteínas. “O óleo é muito rico, em ácidos graxos insaturados, oleico e linoleico, além de vários constituintes secundários como sesamol, sesamina, sesamolina e gama tocoferol que determinam sua elevada qualidade”.

Também segundo Firmino; Beltrão (2005, p. 12), o gergelim contém todos os minerais em suas sementes e contém 25% de proteínas, vitaminas do complexo B, B1, B2 e niacina, vitamina E, A, apresenta constituintes minerais como cálcio, ferro, fósforo, potássio, magnésio, zinco e selênio. As sementes de gergelim fornecem uma grande quantidade de fibras. Em todas essas substâncias o gergelim tem papel preponderante; é uma fonte natural que pode transformar e enriquecer a alimentação humana.

De acordo com Queiroga *et. al.* (2008, p.19), a utilização deve ser *in natura* para não alterar suas propriedades, compondo os produtos da indústria alimentícia e de panificação, as sementes possuem mais de 50% de óleo, 20% de proteínas, 18% de carboidratos, 5% de fibras e cálcio, fósforo, ferro, potássio, sódio, magnésio e enxofre. Após a extração do óleo, o farelo ou farinha, possui cerca de 40% de proteínas; o óleo tem alta porcentagem de ácido graxo oleico, portanto é um alimento rico em proteínas e sais minerais.

Também segundo os mesmos autores, (2007, p.19), o óleo das sementes de gergelim é de excelente qualidade, semelhante ao óleo de oliva, pode ser usado nas indústrias de alimentação e química, com propriedade antioxidante natural, que

mantém a estabilidade dos alimentos, sendo que, esta propriedade não é encontrada em nenhum outro óleo vegetal.

“Utilizado também na fabricação de tortas, margarinas, perfumes, lubrificantes, remédios sabão, e até nas operações cirúrgicas, e para o preparo dos alimentos, agregando valor nutricional e garantia de qualidade, por não ser rançoso” (AMABILE *et. al.* 2001, p. 19).

Para Figueiredo (2008, p.19), na indústria alimentar é usado principalmente na confecção de pães, na indústria de biscoitos e doces além de outras realizações na culinária caseira e também de alto valor proteico e econômico. De grande valor na confecção de doces caseiros, cocadas, tijolinhos, fubá, paçocas e pés de moleque e são excelentes estimulantes de produção de leite, para os lactantes.

Segundo Beltrão *et. al.* (1994, p. 19) “na culinária é usado em saladas, no arroz ou ingerido em colheradas diariamente, é também importante para enriquecer vários alimentos pobres em proteínas, principalmente nas merendas escolares”, comprovado pela atuação da EMBRAPA Algodão, do estado da Paraíba que fornece a torta residual de gergelim para escolas públicas dessa região.

As sementes com coloração preta são mais ricas em cálcio e vitamina A usadas na alimentação natural. Já as sementes claras, tostadas, resultam em uma farinha muito nutritiva, a qual pode ser novamente tostada e centrifugada transforma-se em tahine. “O gergelim preto é usado no preparo do gersal (gergelim com sal) que se constitui um dos temperos básicos da culinária e substância da medicina macrobiótica e integral” (QUEIROGA, *et.al.* 2008, p.36).

De acordo com Barros; Santos (2002, p.20), o gergelim encontra-se em posição privilegiada em relação às demais oleaginosas cultivadas pelo motivo de fornecer um óleo de excelente qualidade para diversos fins. “Sua torta residual da prensagem das sementes, apresenta elevados teores de vitaminas do grupo B e alta concentração de proteínas e aminoácidos, podendo ser usada na alimentação humana de baixo custo”. No Nordeste, Norte e na região Centro Oeste, o gergelim faz parte do consumo popular da classe de baixa renda.

3.4 IMPORTÂNCIA E POTENCIAL ECONÔMICO DO GERGELIM

Para Souza; Ferreira; Beltrão (1994, p.18), o gergelim passou a ser pesquisado e explorado pela Empresa Brasileira de Pesquisas Agropecuárias (EMBRAPA) na produção da extração do óleo de gergelim para substituir o óleo do algodão e também com o objetivo de exportação das sementes e derivados para países ricos, alternativa importante devido ao alto valor comercial das sementes e do óleo, que são utilizados no crescente mercado nacional e mundial, na indústria alimentícia ou para produção de produtos fitoterápicos.

Conforme Queiroga, *et. al.* (2012, p.19), os produtos industrializados derivados de gergelim mais utilizados pelo mercado brasileiro, na atualidade são os seguintes: gergelim natural limpo (13% do mercado), gergelim sem pele para pães e biscoitos (62% do mercado), pasta de gergelim (tahine, 22% do mercado), óleo de gergelim (3% do mercado). No Brasil a venda de óleo de gergelim no varejo tem se limitado aos comércios de produtos naturais, porque a maior parte dos grãos é destinada ao mercado internacional para a extração do óleo.

Já para Beltrão *et al.* (2013, p. 14), apesar de todas as vantagens a produção brasileira ainda não é suficiente para atender a demanda, o que implica na importação de outros países para abastecer o mercado nacional e especialmente no Nordeste a cultura ainda não alcançou uma importância econômica, sendo praticada apenas por pequenos agricultores que ainda utilizam tecnologias tradicionais. A falta de uma política permanente de preços para o produto causou o desinteresse pela produção em alta escala sendo direcionado apenas para a agricultura de subsistência, destinada à alimentação humana na forma *in natura*, doces e farinhas.

Segundo Queiroga *et.al.* (2008, p.14) no Brasil a produção oscila entre 3.000 a 5.000 toneladas anuais, concentradas nos estados de Mato Grosso e Goiás, consumida pela indústria alimentícia do estado de São Paulo.

No cenário internacional o gergelim “é a nona oleaginosa mais plantada, ocupando uma área cultivada em torno de seis milhões de hectares, e com rendimento médio obtido por unidade de área cultivada” (FIRMINO, *et. al.* 2003, p. 14).

Também segundo o mesmo autor, no oriente é um produto alimentar muito consumido pela culinária árabe e outros países e na Ásia, como na Índia e na China, na atual gastronomia mundial é um ingrediente constante da culinária mediterrânea e também no Brasil vem sendo comercializado em larga escala, embora quase sempre

como um aditivo para decorar preparações de grande valor comerciais como pizzas, biscoitos e doces.

Conforme Barros; Santos (2002, p. 15) uma política que estabeleça preços compensadores, facilidades de cultivo e possibilidades de bom rendimento, faz do gergelim uma alternativa importante para minimizar o quadro de carência alimentar e econômica das populações de baixa renda, e levando em conta sua importância econômica, seu cultivo em solos pobres justifica o baixo rendimento médio, obtido por unidade de área cultivada.

De acordo com Queiroga *et.al.* (2009, p.16), a necessidade de incrementos de produtividade e diminuição dos custos, nos diversos elos da cadeia, determina a introdução de algumas tecnologias nas etapas de semeadura e de colheita do gergelim. Estas tecnologias surgem como alternativa para viabilizar a exploração dessa cultura no Brasil.

A exploração mecanizada da cultura do gergelim é um componente fundamental para os produtores familiares como forma de diminuir os custos de produção e de tempo de execução das atividades correspondentes numa exploração em escala comercial para a região do semiárido do Nordeste, ou seja, passar de cultura de fundo de quintal para cultura comercial de no mínimo dois hectares por produtor.

Os bons preços pagos pelo gergelim no mercado interno começam a despertar o interesse comercial por parte de produtores, comerciantes e industriais (MAZZANI, 1999, p. 16).

Concordando com Kouri (2009, p.16) a cultura do gergelim constitui-se em alternativa de grande importância econômica e social para as condições do clima semiárido do nordeste brasileiro, por ser de fácil cultivo, apresentar tolerância à estiagem, por gerar renda e trabalho e por ser fonte de alimento para pequenos e grandes produtores, e as características das propriedades locais, ocupadas por agricultores familiares, que cultivam espécies variadas, utilizando mão de obra da própria família. Todavia, os maiores avanços na agricultura moderna têm sido obtidos com as culturas que permitem as práticas mecanizadas desde a semeadura até a colheita.

De acordo com Barros e Santos, (2013, p.18), por suas potencialidades o gergelim se torna uma alternativa importante para minimizar o agravante quadro de fome e carências de elementos necessários para manter a saúde da população de baixa renda.

Também na opinião dos mesmos autores, a tendência de a cultura do gergelim ascender no mercado dos cereais devido à sua demanda, descoberta nutritiva de variados produtos, com novas tecnologias de produção, além de novas variedades cada vez mais produtivas e indeiscentes que facilitam a colheita que poderá ser totalmente técnica.

O óleo do gergelim está cotado como o de melhor qualidade existente no mercado por suas propriedades antioxidantes, quer dizer, que esse produto tem muito valor para a indústria alimentícia, garantindo uma maior vida de prateleira e durabilidade aos produtos fabricados com a sua utilização (QUEIROZ, ROCHA E BELTRÃO, 2013, p.54).

4 METODOLOGIA

4.1 A REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO

A região de São Raimundo Nonato está localizada no sudeste do estado do Piauí, região de clima semiárido bioma de Caatinga. É composta por diversos municípios, dentre eles, os municípios de Caracol, Canto do Buriti, São João do Piauí, São Raimundo Nonato e Coronel José Dias.

Desse contexto geográfico, selecionamos os municípios de São Raimundo Nonato e Coronel José Dias para realizar a pesquisa de campo do presente estudo, com atenção voltada principalmente para identificar pessoas e locais onde se faz ou fazia uso do gergelim, com seu plantio e seus subprodutos.

O município de São Raimundo Nonato possui uma área de 2.415.602 km² distante 521,9 km da capital Teresina. Conforme dados fornecidos pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, o município conta com 32.327 habitantes, dos quais 15.897 são do sexo masculino e 16.430 do sexo feminino (IBGE, 2010).

O município de Coronel José Dias que fica distante 31,5 km de São Raimundo Nonato, possui uma superfície de 1.822.115 km². De acordo com o censo de 2010 realizado pelo IBGE, conta com uma população de 4.541 habitantes, considerando que 1.450 estão na zona urbana e os demais na zona rural no total de 3.091 habitantes (IBGE, 2010).

De acordo com Paes (2011, p. 12), a cidade de Coronel José Dias, teve início com a chegada de Vitorino Dias Paes Landim, como prêmio ao massacre dos

indígenas. O presidente da Província do Piauí em exercício, Manoel de Souza Martins, doou a ele três fazendas: a Fazenda Boqueirãozinho, Fazenda Serra Talhada e a Fazenda Serra Nova. A fazenda Serra Nova foi onde se originou o povoado chamado Várzea Grande. Esse fato se deu no ano de 1829 e foi autenticado no Cartório da Vila de São Raimundo Nonato no ano de 1855 (PAES, 2011, p.12).

Foi no povoado Várzea Grande onde foram morar uma grande parte dos forasteiros que chegaram no início do século XX para trabalhar com o extrativismo do látex, em sua maioria vindos do estado do Pernambuco, e na época era composto por duas ruas com a igreja no centro e um mercado público.

Também conforme Paes (2011, p. 29), “existiam pequenos mercados, que vendiam todos os tipos de produtos tais como, mantimentos, fumo, tecidos, sapatos, artigos de limpeza, produtos que eram necessários naquele período quase tudo era produzido e processado na região”. O comércio era entre os produtores e os donos das bodegas, como eram chamados esses estabelecimentos e era comum também no mercado, o sistema de trocas. Os que plantavam mantimentos ou extraíam o látex, costumavam trocar seus produtos pelos que necessitavam para sua sobrevivência (MATOS, 2007, p. 36).

As viagens eram feitas a cavalo, o que dificultava o intercâmbio de produtos de qualquer espécie de uma localidade para outra cidade ou estado.

Com a queda da economia extrativista, a situação econômica desses camponeses ficou muito precária, só comiam o que produziam, quase não plantavam em virtude das crises de seca e se alimentavam basicamente da caça e coleta de frutos silvestres como o umbu e caju e outras frutíferas como goiaba, manga, laranja, ata, entre outras. Criavam carneiros, cabras, porcos e galinhas. Algumas pessoas possuíam gado, decorrentes da época econômica do ciclo do gado (OLIVEIRA, 2014, p. 106).

A região possui como referência o Parque Nacional Serra da Capivara, criado em 1979, pelo Governo Federal e reconhecido pela UNESCO como Patrimônio Cultural da Humanidade desde 1991, devido à riqueza cultural e arqueológica e também a importância da preservação da Caatinga (FUMDHAM, 1998).

4.2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A construção e desenvolvimento do estudo, bem como a redação do texto, lançou mão de dois tipos de pesquisa: a bibliográfica e a de campo, escolhidas de forma a melhor atingir os objetivos do trabalho..

A pesquisa bibliográfica teve o propósito de fornecer a fundamentação teórica e a revisão bibliográfica do trabalho, bem como de levantar informações prévias e identificar o estágio atual de conhecimento do objeto de estudo, como orienta Gil (2010, p. 29-30). No caso de posicionar a inserção do gergelim na agricultura sertaneja do sudeste do Piauí, o acervo bibliográfico contou com autores que se dedicaram à história do Piauí, a saber, Ana Stela Negreiros de Oliveira (2014), Claudete Maria Miranda Dias (2002), Matias Augusto de Oliveira Matos (2007) e Samara Mendes Araújo Silva (2012).

A pesquisa de campo para conhecer a amplitude da cultura do consumo e plantio do gergelim no sudeste do Piauí foi realizada através de entrevistas livres e semiestruturadas. Foi elaborado previamente um roteiro de perguntas principais sobre o assunto, que por vezes foi complementado por questões circunstanciais que surgiram no momento da entrevista, de forma a complementar a coleta de dados.

Os sujeitos, assim denominados, por livre opção, sendo os mesmos, moradores de São Raimundo Nonato e do município de Coronel José Dias, alguns da zona rural e outros das cidades, sendo entrevistados no total, 20 pessoas; a grande maioria plantava e consumiam, e os demais comercializam as sementes de gergelim, no mercado do pequeno consumidor e também consomem esse alimento conforme depoimento dos sujeitos de número 2 e 4.

Sujeito 1 – Morava na fazenda Casa Nova no atual município de Coronel José Dias. Plantou gergelim a partir do ano de 1950 até 1975, para consumo próprio, fazia paçoca para o lanche e para o café da manhã, fazia doce em forma de rapadura, de gergelim misturado com melaço de cana, até virar um tijolo, aí cortava em pedaços.

Conforme seu depoimento, o período da colheita era de 120 dias e cortava em feixes amarrados, para colocar ao sol apoiado em cercas ou na parede da casa. Batia os feixes em cima de uma toalha para sair as sementes. Guardava uma parte das sementes em garrafas tampadas com rolhas ou cera de abelhas para não estragar.

Deixou de plantar porque não conseguia deter os passarinhos e outras pragas e não conhecia as propriedades que o gergelim possui.

Sujeito 2 – Dona de uma banca no mercado do pequeno produtor, por mais de 20 anos. Compra o gergelim de vários produtores, do município de Bomfim do Piauí e de outros locais como Campo Alegre de Lourdes-BA, uma vez por ano, por 10 reais o quilo e vende por 20 reais. A produção diminuiu de cinco anos até o presente.

Declarou que, o perfil dos compradores em geral são de pessoas que costumam usar o gergelim das mais variadas maneiras; fazem a tradicional paçoca, colocam na comida e doces, e com muita frequência para fins medicinais, por indicação médica, de parentes e conhecidos, com o objetivo de melhorar algum sintoma de doenças, decorrentes do sistema sanguíneo, como anemia, hemorragia, dos pulmões; pneumonias, bronquites, desnutrição e raquitismo. O gergelim preto é mais caro e mais procurado para remédio.

A própria vendedora, foi aconselhada por uma benzedeira a comer o gergelim preto, quando engravidou pela quarta vez sendo que anteriormente não conseguia levar a gravidez até o nascimento dos filhos, sempre abortava. Depois de usar o gergelim, nas mais variadas receitas o bebê nasceu saudável.

Sujeito 3 - Dono de uma banca no mercado. Plantou no período de 1980 até 1995, na região da Lagoa dos Patos, em São Raimundo Nonato, numa área de meio hectare e colhia mais ou menos 2 sacos de 50 kg. Parou de plantar por não ser muito vendável. Só plantava o gergelim branco e fazia paçoca para comer.

Sujeito 4 – Plantou gergelim desde criança, no quintal de sua residência no povoado Sítio do Mocó e planta ainda na atualidade eventualmente. No início colhia em média duas latas de 20 litros, nos dias atuais não colhe muito por conta das chuvas irregulares. Fazia a paçoca e o doce de rapadura. Disse também que os pássaros atrapalhavam a produção, e o cupim atacava a raiz da planta.

Sujeito 5 – Começou a plantar também quando criança e continua atualmente, apesar dos 87 anos, no quintal de sua casa, no povoado Sítio do Mocó, município de Coronel José Dias. A produção atual é bem menos do que no passado. Faz o óleo ainda para temperar a comida. Faz também a Paçoca e o doce com rapadura. Corta os feixes e amarra, deixa secando por mais de 15 dias e depois bate em cima de um pano ou lona. Já plantou também o gergelim preto. Depois da colheita dava parte para os parentes e amigos. Antes moía o gergelim em um moinho caseiro.

Sujeito 6 – Plantou gergelim a partir dos 15 anos até o ano de 1980, na roça apenas para uso da família e fazia a paçoca. Parou de trabalhar na lavoura.

Sujeito 7 – Plantou gergelim desde criança e parou por problemas de saúde. Para uso da família. Fazia paçoca e doce com rapadura.

Sujeito 8 – Plantou gergelim desde criança, na roça que era de sua família, no lugar onde hoje é o Parque Nacional Serra da Capivara, em frente à Pedra Furada, mas parou mais ou menos no ano de 1980. Fazia paçoca para a família.

Sujeito 9 – Plantou no quintal de sua casa para uso próprio e fazia a paçoca.

Sujeito 10 – Plantou gergelim na roça em Coronel José Dias até o ano de 1980. Parou porque começou os períodos de muita seca e também por que os pássaros atrapalhavam a produção. Para consumo da família, fazia paçoca e também fazia o leite², para mulheres que sofriam de hemorragia após o parto. Também o leite era para pessoas com bronquite asmática ou tuberculose. A receita era o leite do gergelim com a gema do ovo caipira batida com açúcar, e misturando bem. O leite era feito amassando o gergelim sem torrar, no pilão de madeira, depois espremendo em um pano, e deixando o leite puro. A paçoca era consumida no café da manhã, na merenda e a tarde. Quando o gergelim começava a amarelar, cortava e amarava em feixes, deixava secar por mais de uma semana, depois batia em cima de um pano.

Sujeito 11 – Plantou na roça nas cercas para combater as formigas, em Coronel José Dias até o ano de 1980, para uso da família e fazia paçoca.

Sujeito 12 – Plantou gergelim na roça em Coronel José Dias até 1980 para uso da família. Fazia paçoca, para o consumo da família.

Sujeito 13 – Plantou gergelim na roça até 1988, em Coronel José Dias, e parou por causa da seca que era muito forte. Fazia a paçoca e o doce e tirava o óleo. Fazia no fogão a lenha.

Sujeito 14 – Plantou gergelim até 1975, na roça no Olho D água, no município de João Costa, no circuito Serra Branca, hoje Parque Nacional Serra da Capivara. Fazia a paçoca, e o tijolinho com melaço de cana. Plantava também para vender no prato. O médico indicou quando operou do coração. Fazia os feixes para secar e depois bater em um lençol.

Sujeito 15 – Plantou gergelim até 1978, na roça em Coronel José Dias. Parou de plantar por causa da seca e dos pássaros. Fazia o doce e a paçoca para os humanos e

² Usado como suco.

para os animais quando pariam para limpar a placenta e para evitar o aborto e infecção do útero. O gergelim é bom para os ossos. Desconhecia as propriedades do gergelim, ficou sabendo através do trabalho da Cáritas.

Sujeito 16 – Plantou gergelim na roça no município de Coronel José Dias, até 1992. Para consumo da família, fazia a paçoca e servia no jantar, na merenda e para oferecer para as visitas. Colocava gergelim na massa do beiju que não ficava duro no dia seguinte. Fazia o tijolo com a garapa da cana e o gergelim.

Analisando os resultados das entrevistas, a maioria dos depoentes plantavam o gergelim para fazer uma paçoca, preparada à partir de tostar levemente as sementes, depois triturar no pilão de madeira, utensílio doméstico muito comum nesse período quando ainda não havia energia elétrica, acrescentavam pedaços de rapadura e farinha de mandioca para absorver o excesso do óleo.

Quanto ao óleo do gergelim poucas famílias se dedicaram ao seu preparo, embora a técnica da extração seja muito fácil, e consiste em cozinhar as sementes com água, em seguida retirar uma espécie de espuma, que vai se formando por cima da água, o que na verdade é o óleo, que está separando-se da água, evaporando com o calor do fogo, depois coloca em outra panela para terminar de secar e apurando no fogo baixo, até que o óleo fique puro, perdendo toda a água.

Muitas receitas devem ter sido realizadas utilizando o gergelim, já que existiam poucos produtos disponíveis e as sementes do gergelim poderiam fazer parte de muitas preparações no passado. Com o gergelim, além das variedades mais conhecidas, como biscoitos com gergelim, beijú valorizado com o gergelim torrado, bolos de polvilho com farinha de gergelim que também às vezes se transformava em um pirão com leite ou café quente.

Essas preparações eram servidas nas refeições, no café da manhã, nas merendas da tarde ou para oferecer as visitas e até para ser consumida nas viagens, em geral a cavalo nas grandes distâncias, ou a pé nas pequenas e médias caminhadas, de acordo com a maioria dos entrevistados.

Fizeram um doce conhecido como, rapadura de gergelim, “pé de moleque”, a base de melaço de cana de engenho, gergelim torrado e moído, feito na forma de rapadura e depois cortado em pequenos retângulos. Essa receita constou das respostas de quase todos os entrevistados.

Outra preparação muito comum nos hábitos alimentares dos sertanejos do semiárido, o leite de gergelim, que quase sempre era consumido como um remédio

para determinados problemas de saúde, citados pelos sujeito 02 e o sujeito 10, que declararam que essa bebida servia para amenizar a condição da saúde debilitada, de algumas mulheres, após o parto, ou até que abortavam, sofrendo com quadro clínico hemorrágico e anemia,

As entrevistas foram realizadas em dois momentos: no período de novembro de 2017 e fevereiro de 2018. Foram entrevistadas 20 pessoas com idade de 41 a 88 anos, sendo 12 mulheres e oito homens, pertencentes à zona urbana e rural dos municípios de São Raimundo Nonato e Cel. José Dias. No percurso da pesquisa, para cada participante era solicitado indicação de pessoas conhecidos que também seriam entrevistados por terem alguma ligação com essa oleaginosa..

A pesquisa de campo também contou com visitas ao Mercado do Pequeno Produtor, localizado em São Raimundo Nonato, onde foram realizadas pesquisa com 04 comerciantes locais de gergelim, que relataram venderem para pessoas com quadro clínico que acusava alguma debilidade física, como ausência vitamínica ou carência de minerais tais como ferro, cálcio, potássio, selênio, entre outros que a planta do sésamo possui.

5. O GERGELIM NA REGIÃO DE SÃO RAIMUNDO NONATO

5.1 CONTEXTO HISTÓRICO E SOCIAL

De acordo com Oliveira (2014, p. 18), a origem do município de São Raimundo Nonato está ligada ao local denominado Confusões que, em 1832, desmembrou-se das freguesias de Jaicós e Jerumenha. Grandes extensões de terras usurpadas dos índios foram distribuídas entre familiares, amigos e companheiros, transformaram-se em várias fazendas de gado, e roçados de lavoura. Os sesmeiros e posseiros vão se tornando fazendeiros e lavradores e surge uma nova sociedade, e outra organização social vai se delineando, com a formação das famílias de sertanejos, criadores de gado, cavalos e caprinos.

A pecuária extensiva predominou do final do século XVIII até a metade do século XIX, com as caravanas de boiadas, que abasteciam os estados da Bahia, Pernambuco e Ceará, com quem mantinham comércio de produtos derivados do leite, como a manteiga de nata e o requeijão. O desenvolvimento da região foi lento, grandes distâncias e dificuldades de transporte, secas constantes e pequena produção agrícola, além do desconhecimento de métodos de armazenamento, e se formou uma sociedade rústica de fazendeiros até 1890.

A partir desse período ainda no final do século XIX, um produto, importante para a indústria automobilística, que começava a crescer na Europa e Estados Unidos da América, o látex, que se transformava em borracha e era extraída de uma planta nativa, existente na região semiárida do sudeste do Piauí, a maniçoba (*Maniot*). Os fazendeiros tornaram-se comerciantes de látex, e essa cultura foi muito rentável durante muitos anos, período que ficou conhecido como “ciclo da borracha” (OLIVEIRA, 2014, p.30).

De acordo com Matos (2007, p.36), no século XVIII, começou o fim do chamado ciclo do couro, um produto que era utilizado em tudo como mobílias, por exemplo; camas, cadeiras, redes, malas, baús, vestuários, desde o gibão de couro, chapéu, botas, alforje do animal usavam até sua força para mover engenhos e fazer transporte puxando o carro de bois, e selas e arreios para os cavalos.

As fazendas de gado foi uma motivação para a colonização da região e também a causa dos constantes conflitos com os índios que não entendiam que aqueles animais desconhecidos não eram selvagens e não deviam ser abatidos. “Muitos foram mortos quando caçavam animais de propriedade dos fazendeiros” (DIAS, 2011, p. 78).

O clima semiárido, de chuvas escassas, com bioma de caatinga, possivelmente, também foi motivo para que esse território não atraísse novos ocupantes durante muito tempo, apesar de possuir vegetação rica em diversidade de espécies, composta por árvores naturais dos biomas mata atlântica, cerrado e caatinga e resistiram às mudanças climáticas, e se adaptaram ao semiárido, abrigava considerável quantidade de animais selvagens, tais como, onças, veados, macacos, tatus, porcos selvagens, muitos pássaros e grande diversidade de outras espécies de animais.

De acordo com Oliveira (2014, p. 28), a região, até então quase desabitada, era conhecida por abrigar em sua extensão territorial, uma grande quantidade de uma espécie de planta de médio porte, nativa da caatinga, conhecida como maniçoba (*Maniot piauienses*). Essa árvore, muito resistente à seca, produz uma seiva leitosa e elástica retirada através de cortes singrados na parte inferior de seu caule, para que o látex escorra e possa ser coletado, processado e depois se transformar em borracha.

No princípio do século XX se iniciou o período econômico conhecido como “ciclo da borracha”, em virtude da implantação da indústria automobilística, na Europa e Estados Unidos e por último no Japão e que transformaria a história da humanidade a partir do início do século XX, com o desenvolvimento tecnológico, com o advento do automotivo, o carro movido à combustível fóssil, a gasolina e o óleo diesel. A borracha era um produto essencial para a fabricação de pneus e outros artigos industrializados, fabricados também com essa matéria prima.

Conforme afirmou Oliveira (2014, p.28), nesse período, a região sudeste do Piauí, se tornou o maior polo produtor de borracha, extraído da maniçoba. A maior concentração dessas árvores estava onde hoje se encontram os municípios de São Raimundo Nonato, São João do Piauí, Caracol e Canto do Buriti, região onde atualmente se encontra o Parque Nacional Serra da Capivara e seu entorno. Nessa área havia uma grande extensão de terras abandonadas depois da extinção dos primeiros habitantes do Brasil, os índios, em sequência a retirada dos jesuítas, chamadas terras devolutas, que pertenciam ao governo.

No início do século XIX, a população do estado do Piauí vivia em estado de extrema pobreza, principalmente os camponeses, de acordo com Dias (2011, p. 85.) se

alimentavam quase que exclusivamente da caça e da coleta de frutos silvestres e de mel de abelhas, não plantavam nem mesmo para o sustento, o que pode ser um indício de que a planta do gergelim ainda não fosse conhecida no semiárido do estado, na microrregião de São Raimundo Nonato.

A extração da maniçoba impulsionou o crescimento populacional e econômico da região sudeste do Piauí, com a chegada de centenas de pessoas que iniciaram um trabalho de extrair e comercializar o látex da maniçoba e por isso ficaram conhecidos como os maniçobeiros. Grupos de retirantes, compostos por homens, mulheres e crianças, unidos em sua maioria por laços de família. (OLIVEIRA, 2014, p.23).

A ausência de chuvas tornou a vida desses camponeses inviável na sua região de origem, nas pequenas cidades e comunidades próximas ou até mesmo em outros estados, como Pernambuco, Bahia, Ceará e outras localidades do Brasil, que possuem clima seco, com bioma semelhante aos locais de onde vieram. As consequências dessa seca foram muitas como a morte de pessoas e animais, de fome e de sede e também de grande parte da vegetação nativa, transformando uma grande área da Caatinga em solo não produtivo e quase desértico.

Com a expansão da maniçoba, os antigos fazendeiros tornam-se comerciantes em pequenos armazéns e feiras livres, como atesta Oliveira (2014, p.38). A maniçoba era também usada como moeda de troca, e explorada de forma extrativista e sem um plano de recomposição, em pouco tempo, os maniçobais nativos das caatingas foram explorados a exaustão.

A seca constante e o desmatamento modificaram as características ambientais da região, quando havia abundância da fauna e da flora e a caça predatória para sobrevivência de muita gente, a região ficou com uma aparência de um quase deserto, principalmente no período em que a chuva para por alguns meses, de abril a outubro ou novembro quando as chuvas recomeçam.

O costume de ocupação de uma terra foi sempre de cortar todas as árvores que estejam dentro dela para depois construir moradia, roça ou área de trabalho, assim era a maneira de delimitar sua propriedade para depois cercar.

5.1.1 Considerações sobre os hábitos alimentares dos sertanejos

De acordo com Oliveira (2014, p.30), cada grupo de pessoas que chegava, demarcava uma área e dela se apossavam para viver e trabalhar, levando em

consideração uma quantidade viável de plantas da maniçoba para explorar na extração do látex, e também, parte da terra para trabalhar uma roça, um local adequado para plantar os produtos agrícolas, adequados ao clima local e que seriam utilizados em sua alimentação.

Segundo informa Matos (2007, p. 36), as plantações feitas em pequenas roças, com objetivo específico de subsistência, no período das chuvas, eram o milho, feijão, mandioca, abóboras, melancias e algumas árvores frutíferas; mangueiras, laranjeiras, goiabeiras, alguns temperos como coentro, cebolinha, pimenta de cheiro, e também a planta do gergelim, bastante adaptada ao regime de poucas chuvas e que já fazia parte do regime alimentar do sertanejo residente na região de São Raimundo Nonato desde o período da chegada dos colonizadores.

De acordo com Silva, (2013, p. 58), as fazendas se tornaram não apenas a unidade produtiva do ponto de vista material e econômica também passou a comandar as funções sociais, políticas e culturais. Em conjunção e no entorno do espaço rural, foram tecidas as relações de convivência e de conveniência no Piauí.

O processo de urbanização foi semelhante aos demais estados nordestinos, que ocorreu tardiamente, pois foi apenas na década de 1970 que aconteceu a inversão, onde a população residente na zona urbana superou a que reside na zona rural.

5.2 GERGELIM: USOS HISTÓRICOS PELOS SERTANEJOS

O contato com o gergelim e as informações sobre o seu cultivo chegaram ao presente momento, apenas de forma oral, e da dieta alimentar da população residente na região semiárida de São Raimundo Nonato, ficaram apenas algumas tradições, enquanto que técnicas e receitas caíram no esquecimento, na sua quase totalidade.

O gergelim foi identificado como uma planta com diversas utilidades pelos sertanejos, com aplicações que contemplam alimentação familiar, o uso comercial, como alimento para os animais e uso medicinal. Porém, pode-se constatar que a principal utilização do gergelim era para alimentação familiar, através do preparo da paçoca e da rapadura (doce), que serão discutidos adiante.

O papel do gergelim como alimento fortificante foi identificado na sua combinação com a rapadura e farinha de mandioca que algumas vezes era utilizada como prato principal e único, dependendo da condição econômica de muitas famílias

da zona rural, principalmente nos longos períodos de estiagem, muito tempo sem chuvas, quando faltavam outros alimentos para as famílias mais carentes.

As sementes do gergelim também eram utilizadas para extração do óleo, que servia para utilizar na alimentação, e como não tinham acesso ao produto líquido, enlatado ou engarrafado, em virtude de que, a indústria de alimentos, não chegava ainda até essa região remota, como chegam hoje em grandes caminhões que trazem produtos de quase o mundo inteiro.

Conforme Bontempo (1992, p. 19), o óleo além de ser absorvido na gastronomia e culinária de várias partes do mundo, a planta do gergelim tem outras aplicações caseiras: as folhas verdes esmagadas, são aplicadas no couro cabeludo para combater a caspa; dizem que docinhos feitos com suas sementes são indicados para crianças com incontinência noturna; acreditam também que essas sementes são afrodisíacas, e que o óleo é um excelente colírio para os olhos. Essas informações são advindas da sabedoria popular, assim como muitas outras sobre o gergelim.

Conforme depoimento de alguns entrevistados na pesquisa de campo, nesse período uma gordura usada para temperar a comida era o toucinho, que é a banha do porco. O óleo do gergelim, foi pouco utilizado, seja em frituras, ou para temperar arroz, e outros pratos, para fazer farofas e até para fritar bolinhos de tapioca, muito apreciados pelas crianças e adultos.

Para fazer o óleo, tirava um litro e meio e cobria de água e levava ao fogo e ia mexendo e apurando. Tirava a espuma e deixava de lado. E a espuma formava o óleo. Depois de apurar a espuma, e secar a água, o óleo ficava pronto. E então jogava a massa fora. (Sujeito 5).

Sobre o uso medicinal, faziam o leite, do gergelim, para curar algumas enfermidades, a exemplo da hemorragia pós-parto, anemias, bronquites e tuberculose. O leite do gergelim era mais consumido como remédio do que como alimento ou até mesmo um reforço alimentar para crianças raquíticas ou com pouco apetite, e pessoas idosas debilitadas.

Dava paçoca aos humanos e animais, quando pariam, para limpar a placenta e para as mulheres para evitar aborto e infecção de útero. Também é bom para os ossos. (Sujeito 15).
O médico me indicou comer gergelim quando eu me operei do coração. (Sujeito 14).

O uso medicinal do gergelim era atribuído ao gergelim preto, por possuir mais cálcio que as outras espécies, e vitamina A em maior quantidade do que as sementes. As sementes de gergelim fornecem óleo e farinha e são ricas em cálcio, ferro, fósforo e vitaminas do complexo B, vitamina C, E, A. Os grãos pretos são usados na alimentação natural, no regime alimentar da macrobiótica, com o uso do gersal, que é feito com o gergelim torrado e moído acrescentando uma colher pequena de sal marinho, que significa isento de sódio e de outros produtos químicos.

De acordo com alguns viajantes e antigos vaqueiros, o gergelim era lenitivo para a sede, amenizando a vontade de beber água. Essa talvez seja mais uma das crendices ou sabedoria popular, que se deu pelo motivo de que em algumas situações críticas, nas viagens, quando sempre se esgotava o estoque do líquido precioso nas incursões à procura de animais desgarrados, que duravam mais tempo do que o previsto, só tinham a paçoca para comer e quase sempre a água que levavam acabava rápido, mesmo assim não sentiam muita sede.

Segundo afirma Bontempo (1992, p. 40), “essa sensação pode ser atribuída ao fato de que o gergelim combate a acidez do estômago e a acidez metabólica e do sangue”.

5.2.1 Plantio, colheita e armazenamento da semente do gergelim

O gergelim era plantado nos quintais das casas ou nas roças, próximo às cercas. De acordo com os dados da pesquisa, os produtores de gergelim ficavam atentos ao período de início das chuvas. O período do plantio é realizado após 90 a 120 dias do início das chuvas, pois a planta não é adaptada a solos encharcados. “Tem que acertar (adivinhar) quando termina o inverno. Eu plantava a partir de fevereiro”. (Sujeito 3).

Foi unânime a técnica utilizada na colheita, provavelmente repassada ao longo das gerações.

Cortava em feixes quando tava quase maduro. Esperava secar. Colocava os feixes amarrados encostados nas cercas ou parede, de pé no sol. Quando as sementes começavam a abrir, colocava numa toalha e batia para as sementes saírem (Sujeito 5).

Quando amarela, tira e faz o feixe. Deixa mais ou menos duas semanas e depois coloca no pano ou na lona, bate e tira a semente. (Sujeito 10).

Esses dados corroboram com Arriel; Beltrão (2009, p. 157) que aborda aspectos a biologia do gergelim:

O ponto de maturação completa do gergelim acontece em um prazo de 70 a 180 dias quando os frutos amarelam e se abrem por completo, e as sementes caem no solo. A colheita manual é a mais utilizada e consiste no corte da base das plantas. Depois elas são amarradas com cipó, embira ou barbante formando feixes de no máximo 30 cm de diâmetro que ficam secando encostados em cercas ao sol durante 10 dias no período de estiagem. Ao final se procede o batimento dos feixes em uma lona e a limpeza com a retirada de folhas e galhos (ARRIEL; BELTRÃO, 2009, p. 157).

Figura 02 – Gergelim no quintal das residências



Foto: Conceição Miranda, ano 2017.

A colheita é talvez a etapa mais complicada do plantio do gergelim e o agricultor precisa pensar e programar as datas do plantio, que devem ser alternadas, levando-se em conta que, se toda a plantação ficar madura ao mesmo tempo, com certeza haverá perdas, ou até mesmo necessidade de aumentar a mão de obra contratando gente para a colheita. Quando se trata de uma plantação de fundo de quintal, com o objetivo de apenas colher o gergelim para o uso de subsistência, o agricultor não terá dificuldades.

De conformidade com Arriel; Beltrão, (2009, p. 154), a época ideal para se iniciar a colheita do gergelim é quando amarelam os frutos, as hastes, as folhas, durante a maturação fisiológica. Em seguida os frutos da base das hastes começam a se abrir.

Os agricultores familiares, que plantavam o gergelim para consumo próprio costumavam comprar as sementes e acondicionar em garrafas de vidro vazias, e tampavam com rolhas feitas de sabugo de milho, e guardavam até o dia da semeadura porque dessa maneira elas não seriam danificadas por fungos, pássaros ou insetos.

Figura 03 – Feixes de gergelim para secagem



Foto: Conceição Miranda, ano 2017.

Outro costume é também o de reservar uma quantidade de sementes de uma safra, para plantar no ano seguinte. Para Arriel; Gondim; Andrade (2009, p. 51), o uso das sementes da colheita dos anos anteriores, ou seja, a reutilização de suas próprias sementes provocam prejuízos, como a proliferação de doenças e depreciação comercial dos produtos, além da perda de produtividade e uniformidade.

5.2.2 Formas de preparação do gergelim

As preparações a partir do gergelim representavam uma variação nos doces consumidos no contexto familiar e também representavam uma comida a ser disponibilizada em momentos de confraternização familiar ou social.

O conhecimento do gergelim na microrregião de São Raimundo Nonato é associado com o hábito de fazer uma paçoca, a partir do gergelim torrado e moído em um pilão de madeira, juntamente com uma porção de rapadura e farinha de mandioca usada para absorver o óleo que o gergelim possui em grande quantidade, e que era

servida como uma merenda ou suplemento alimentar, geralmente no período da tarde, algumas horas antes do jantar e algumas vezes oferecido às visitas com um café quente. Essa merenda para os mais carentes substituiria o jantar, pelo motivo de que o gergelim tem poder de saciar a fome.

A paçoca era às vezes servida no café ou como sobremesa ou lanche da tarde. Derretia a rapadura e deixava sair à espuma e quando estava bem grosso colocava o gergelim até virar um tijolo e colocava na forma de fazer rapadura e depois cortava. (sujeito 01)

De acordo com Matos, (2007, p. 78), as merendas e sobremesas não eram um hábito alimentar de todos, era um privilégio dos mais abastados, mas, era sempre presente, quando se recebiam visitas principalmente de parentes e amigos e poderia ser composta de um café com bolo doce de leite ou uma paçoca de gergelim, acessível a todos.

Entretanto, com relação à zona rural, o ritmo das refeições era diferente da cidade, por conta do trabalho na roça, plantando ou caçando. O café da manhã era servido muito cedo, nos primeiros raios de sol, por essa razão costumavam levar a paçoca de gergelim para comer antes do almoço que era servido logo depois das onze horas da manhã quando o sol ficava muito forte e retornavam para o comer, refeição principal do dia, composto pelo trivial, o arroz com feijão, carne seca ou de caça e criação, ovos fritos e muita farinha (MATOS, 2007, p. 76).

Uma variação dessa preparação era feita quando se colocava a farofa torrada dentro de uma xícara de leite quente com farinha de mandioca e que se transformava em pirão, um pouco de café ou misturavam as sementes torradas e trituradas na tapioca para fazer o beiju. Outras preparações, como o tijolo, feito com melaço de cana com gergelim e castanha de caju, textura de rapadura.

A paçoca de gergelim era comumente consumida como merenda, quer dizer, pequena refeição nos intervalos das refeições principais. A paçoca tem a consistência de uma farofa, ideal para se levar nas pequenas viagens a cavalo, quando era colocada dentro de um embornal, quase sempre de couro, para uma melhor conservação. Era uma boa opção para alimentar os vaqueiros, quando se embrenhavam pela caatinga, em busca de animais de criação, vacas ou cabras, que se desgarravam e se perdiam na mata, em busca de alimento, principalmente no período

em que as folhas das plantas caducifólias caem, e para os animais, a solução era sair procurando plantas com folhas para conseguir comida, e se distanciavam da casa, perdidos na caatinga.

A preparação do gergelim para uso medicinal, feita a partir do “leite” era diferenciada da preparação para fins exclusivamente alimentares.

Moi o gergelim no pilão sem torrar. Coloca um pouco d'água, o dobro da quantidade de gergelim. SE quiser mais fraco (para beber como leite normal) coloca o dobro de água, coloca mais 2 copos. Espreme no pano ou coador. Tuberculose: batia a gema com açúcar bem batido e colocava um copo ou dois de leite de gergelim. (Sujeito 10).

O leite tirado a partir das sementes de gergelim era preparado apenas para pessoas debilitadas, quando estavam de repouso após um parto com muita hemorragia, quer dizer, havia perda excessiva de sangue decorrente de uma provável anemia, muito comum nas mulheres grávidas mais carentes por conta de uma alimentação desprovida de nutrientes como vitaminas e minerais, pela falta de verduras e frutas, consequência da seca.

Quando a causa da doença era mais grave como citado nos depoimentos dos entrevistados na pesquisa, a tuberculose, doença muito comum na época e para a qual não existia medicação apropriada, sabendo-se que a penicilinas ainda não estava a venda. A alimentação, pobre em verduras e frutas, composta quase que só de carne e feijão, também não continha às vitaminas e minerais, necessárias para manter a saúde dos pobres, na zona rural.

Concordando com Bontempo (1992, p.11). Os frutos secos e sementes como o amendoim, castanha de caju, nozes, sementes de gergelim, girassol, contem fibras e óleos polinsaturados, boa fonte de proteínas, quando combinadas com leguminosas, fornecem vitaminas do complexo B, vitamina E, A, além de muitos minerais e fibras.

Figura 04 – Comércio de gergelim Mercado do Pequeno Produtor



Foto: Conceição Miranda, ano 2018.

Receitas de preparações mais utilizadas com as Sementes do Gergelim.

Receita do óleo das sementes de gergelim

Com um prato cheio, que era um objeto de madeira, usado como medida para a venda de grãos em geral, equivalente mais ou menos a 1 kg e 800 g no caso do gergelim, e uma medida de água de aproximadamente 04 litros . Torrava o gergelim e triturava no pilão, colocava em uma panela e levava ao fogo para cozinhar, e subia uma espécie de espuma que era o óleo que se desprendia da massa do gergelim, ia retirando com uma colher, até que não mais fazer a espuma. Colocava essa substância em uma panela e retornava ao fogo, para apurar, que significa para retirar através do calor, o restante de água que restou no óleo, até que não mais houvesse evaporação, então o óleo fica pronto para ser utilizado no consumo da família

Observação: O óleo pode ser feito com o gergelim sem torrar e moer, porém segundo o sujeito entrevistado demora mais o processo da extração do óleo

.

Receita da Paçoca de Gergelim

Segundo todos os entrevistados, as quantidades eram de acordo com o tamanho dos integrantes do núcleo familiar e que gostavam de fazer no turno da tarde, para ser consumido ainda fresco, na merenda da tarde e no jantar.

Modo de fazer:

Torrava o gergelim, não por muito tempo para não amargar, desligando o fogo quando diminui o barulho, o leve pipocar das sementes. Triturava no pilão de madeira, juntamente com pedaços de rapadura, equilibrando a quantidade de acordo com o gosto das pessoas consumidoras, ou seja mais doce ou menos doce, e a farinha era

também uma quantidade avaliada na proporção para não modificar o gosto da preparação mas para absorver o excesso de óleo das sementes e ficar mais saboroso e mais soltinha, não uma pasta, que fica sem a farinha. Pode também usar o açúcar.

Receita do Leite de Gergelim

Segundo declarou na entrevista o sujeito 10, para fazer o leite do gergelim, triturava as sementes no pilão de madeira, sem torrar com o gergelim, novo, até que se formasse um creme e colocava em um pano fino de algodão e espremia até que não saísse mais líquido. Para cada copo de sementes, usava dois copos de água, se fosse para remédio para hemorragias pós parto ou outros sintomas mas se era para tomar simplesmente, aumentava a proporção da água. Com o restante a massa que ficava no pano, faziam mingau ou colocavam na comida.

5.3 A DIMINUIÇÃO DO USO DO SÉSAMO: (DES)USO ATUAL DO GERGELIM

A partir das décadas de 1970 e 1980 houve um declínio na produção do gergelim, tanto para consumo próprio familiar quanto para uso comercial. De acordo com um entrevistado (sujeito 2), nos últimos anos ocorreu uma queda na produção. É destacada a produção do município de Bomfim do Piauí, considerado de melhor qualidade, da região e dos fornecedores do produto para comerciantes do mercado do pequeno produtor no centro da cidade de São Raimundo Nonato, sempre em pequenas quantidades, em média de 10 kg mês ou mesmo de apenas 01 kg, vendido quase sempre na medida de um copo americano.

Atualmente a produção no município de São Raimundo Nonato está escassa, embora alguns agricultores que residem na zona rural continuem plantando, e também em Coronel José Dias, apenas para o próprio consumo, com pouco excedente para vender.

De acordo com os resultados das entrevistas realizadas com os agricultores, que plantaram o gergelim, e que declararam ter parado de plantar em consequência das mudanças climáticas, que vem diminuindo o índice pluviométrico. A procura, para compra e consumo, pelo público, também diminuiu, talvez por causa da grande variedade de produtos prontos, ofertado pela indústria alimentícia cada vez mais variada, como pães biscoitos, barras de cereais, chocolates, pizzas, sorvetes e muitos doces.

O desconhecimento das propriedades nutricionais do gergelim foi talvez o fator mais decisivo para o esquecimento desse alimento, embora cada vez mais se utilize dos seus grãos em vários seguimentos da indústria alimentícia e na gastronomia local e mundial, notadamente na panificação, nas barras de cereais, pizzarias, sempre como um ingrediente funcional e decorativo para adicionar valor comercial, e sem o reconhecimento de seu potencial nutricional.

Está em evidência, uma tendência crescente na atualidade, através das grandes mídias, de conscientização popular de que as pessoas necessitam melhorar sua qualidade de vida através de exercícios e dos alimentos que lhes forneçam nutrientes para manter-se saudável e com boa aparência, frequentando academias, caminhadas e praticando esportes, por isso mesmo alimentos classificados como ricos em nutrientes, classificados como funcionais, são mais valorizados comercialmente, embora a grande maioria da população não os consuma por falta de recursos econômicos, ou de uma política de educação alimentar nas escolas. Talvez esses sejam alguns dos motivos de o gergelim não estar na frente dos alimentos mais conhecidos comercialmente, e de ter entrado em declínio na região do semiárido de São Raimundo Nonato.

Segundo declaração de alguns comerciantes do mercado do pequeno produtor no centro da cidade, o gergelim não é muito rentável comercialmente, e também suas propriedades nutricionais não são do conhecimento de grande parte da população, porém continuam vendendo para quem conhece e necessita por indicação médica ou através da sabedoria popular,.

Sem informações a respeito do produto, com poucas publicações, as propriedades do gergelim ficaram apenas no plano do conhecimento empírico, quer dizer, quem comia sentia os efeitos benéficos, usavam e continuam ainda, para fins medicinais, passando essas informações para os descendentes, o que também foi motivo para o quase esquecimento, porque a mídia também passou informações sobre

outros produtos, que ficaram em evidência e com o passar do tempo, as tradições culturais não persistem e as mudanças de estilo de vida mostram outras possibilidades.

Os entrevistados, em sua maioria, destacam a seca como o principal motivo da diminuição de plantar o gergelim que na verdade é resistente à falta de precipitações pluviais, necessitando de água tanto quanto o milho, o feijão e a mandioca. Apontam também como causas prováveis, as pragas como o cupim, além dos passarinhos.

Figura 05 – Comércio de gergelim Mercado do Pequeno Produtor



Foto: Conceição Miranda, ano 2018

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O resultado das entrevistas (questionários) semiestruturados, realizadas com os antigos agricultores, moradores da zona rural, dos municípios de São Raimundo Nonato e Coronel José Dias, demonstrou que, apesar da grande maioria deles atribuir como o motivo principal, de não mais cultivarem o gergelim a falta de chuvas e suas consequências, podemos avaliar outras hipóteses para isso ter acontecido, tais como; as oportunidades de substituir esse alimento por outros que já estavam preparados e disponíveis nos mercados, panificadoras, pizzarias e feiras livres, a mudança dos hábitos de vida nas cidades, para aonde se deslocaram os agricultores para trabalhar na indústria e no comércio, por desconhecerem as propriedades nutricionais da planta do gergelim, porém uma pessoa dos vinte entrevistados continua plantando, mesmo em menor quantidade.

No entanto, nos últimos anos, a partir de uma nova concepção de estilo de vida, na procura de mais saúde, com o ritmo de vida exigindo mais disposição física, e muitas informações sobre os alimentos disponíveis na praça com mais qualidades nutricionais, o gergelim vem despontando como um provável alimento funcional, rico em nutrientes, ideal para auxiliar nas doenças oportunistas, como um remédio, para anemias, subnutrição, hipertensão ou até para redução de peso. É vendido em bancas de feira do Mercado do Pequeno Produtor, quase sempre como um alimento que poderá trazer algum benefício e alívio para alguns dos sintomas que o consumo do gergelim costuma promover.

O presente estudo buscou investigar, os prováveis motivos da diminuição do plantio e o consumo, que durante algum tempo foi muito intenso e teve grande importância para a população que vivia em uma terra distante dificuldades por conta do clima seco e que por esses motivos não oferecia muitas opções de insumos para compor um cardápio alimentar composto com os nutrientes necessários para a manutenção da saúde física e mental dos moradores do semiárido do sudeste do Piauí.

Com a evolução das práticas e técnicas da moderna gastronomia, e a diminuição do uso das antigas receitas com as sementes do gergelim, é possível a partir da presente conjuntura da atualidade, época, que conta com os meios de comunicação, essa planta voltar a ser uma cultura mais abrangente na dieta alimentar do município de São Raimundo Nonato, e da região semiárida em função dos estudos científicos, publicados, através da EMBRAPA- Empresa Brasileira de Produtos Agrícolas, com informações sobre a história, e principalmente as orientações técnicas e científicas a respeito das propriedades, das dificuldades necessidades para produzir o gergelim no semiárido do nordeste e em todo o Brasil, ressaltando sua importância na economia local e provável aproveitamento na gastronomia local que vem se delineando positivamente no cenário local com a possibilidade de formar mão de obra competente, na área da cozinha e gastronomia.

A pesquisa para elaboração do Trabalho para Conclusão do Curso Tecnólogo em Gastronomia (TCC), procurou informações sobre essa planta, que em um passado não muito distante, foi largamente consumida pelos habitantes da região de São Raimundo Nonato, principalmente na zona rural, desde o início do século passado, até meados da década de 1970, porém não houve nenhuma referência bibliográfica, ao consumo desse produto na região, através de trabalhos didáticos publicados por historiadores ou pesquisador.

Por essa razão, todos os comentários e informações sobre a história dessa planta na região, foram adquiridas através dessa pesquisa, foram obtidos da memória dos agricultores, consumidores e até dos comerciantes que continuam oferecendo as sementes de gergelim nas feiras e mercados à população da cidade de São Raimundo Nonato e dos municípios limítrofes, que mantiveram o hábito de consumir esse alimento.

Convém ressaltar também que, apenas uma das 20 pessoas entrevistadas, revelou que ainda continua a plantar o gergelim em seu quintal, de onde foram tiradas fotos da planta em diversas fases, no povoado Sítio do Mocó, e que ainda usa a técnica de extrair o óleo das sementes que obtém para utilizar como tempero para sua alimentação.

REFERÊNCIAS

- ARRIEL, N. H. C.; BELTRÃO, N. E. .M. P. T. **Gergelim: O produtor pergunta, a Embrapa responde. Brasília, DF: EMBRAPA Informação Tecnológica, 2009 .**
- ARRIEL, N. H. C.; BELTRÃO, N. E. M.; FIRMINO. P. T. **Gergelim: o produtor pergunta, a Embrapa responde. Brasília, DF: EMBRAPA Informação Tecnológica, 2009.**
- ARRIEL, N. H. C.; VIEIRA, D. J; FIRMINO. P. T. **O gergelim e seu cultivo no semiárido brasileiro.** Brasília, DF: EMBRAPA Informação Tecnológica, 2013.
- BONTEMPO, M. **Medicina natural: alimentação.** São Paulo: Editora Nova Cultura Ltda, 1992.
- DIAS, C. M. M. **Balaio e bem-te-vis: a guerrilha sertaneja.** Teresina: Instituto Dom Barreto, 2002.
- EMBRAPA ALGODÃO. **A cultura do algodão.** Disponível em: <<http://algodao.cnpa.embrapa.br>>. Acesso em: 10 mar. 2017.
- FUMDHAM. Fundação Museu do Homem Americano. **Parque Nacional Serra da Capivara.** Teresina: Piauí, 2008.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo demográfico 2010.** Brasília: DF, 2010.
- LAGO, A. A.; CAMARGO, O. B. A. SAVY FILHO, A. *et al.* **Maturação e produção de sementes de gergelim cultivar IAC-China.** Pesquisa agropecuária brasileira. Brasília: v.36 n.2, 2001.
- MATOS, M. A. de O. **Pelas quebradas, várzeas e chapadas: uma viagem gastronômica pelo Piauí.** Teresina: Alínea Editora, 2007.
- MILANI, M.; GONDIN, T. M. S; COUTNHO, D. **Cultura do gergelim.** Circular técnica 83 – EMBRAPA Algodão. 2005.
- OLIVEIRA, A. S. de N. **Cantigueiros da borracha: vida de manibobeiros no sudeste do Piauí 1900-1960.** São Raimundo Nonato: FUMDHAM/PETROBRÁS, 2014.
- PAES, R. M. O. **Identificação do patrimônio edificado da cidade de Coronel José Dias – PI.** Monografia (Bacharelado em Arqueologia e Preservação Patrimonial) – Universidade Federal do Vale do São Francisco, São Raimundo Nonato, 2011.

PRIMO, A. P. **Torta de gergelim na alimentação de frangos de corte.** Dissertação (Mestrado em Engenharia Agrícola) – Universidade Estadual do Oeste do Paraná. 2008.

SIMAS, P; JOLS, B. **Guia do consumidor de produtos naturais.** São Paulo: Editores Sol Nascente, 1996.

ZANIN, T. **Benefícios do gergelim.** Disponível em:
<<http://www.tuasaude.com/beneficios-do-gergelim/>>. Acesso: 20 maio 2007. .