



Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026

## **Dimensões Simbólicas Dos Saberes Tradicionais Sobre Alimentação Funcional**

*Symbolic Dimensions Of Traditional Knowledge About Functional Food*

**Paulo Roberto Ramos** - Universidade Federal do Vale do São Francisco - E-mail:

[paulo.ramos@univasf.edu.br](mailto:paulo.ramos@univasf.edu.br) - Orcid: 0000-0003-3684-0960

**Carlos Alberto Batista dos Santos** - Universidade do Estado da Bahia - E-mail:

[carlos.alberto@uneb.br](mailto:carlos.alberto@uneb.br) - Orcid: 0000-0002-2049-5237

### **Resumo**

O presente artigo analisa as dimensões simbólicas dos saberes tradicionais sobre alimentação funcional, explorando as inter-relações entre cultura, espiritualidade e ciência na construção de significados alimentares. A problemática central reside na fragmentação entre o conhecimento tradicional e a validação científica moderna, que muitas vezes desconsidera o valor simbólico e identitário dos alimentos nas comunidades tradicionais. O estudo tem como objetivo compreender como os saberes populares dialogam com as evidências científicas sobre alimentos funcionais, identificando convergências e dissonâncias entre ambas as epistemologias. Adotou-se uma metodologia de pesquisa bibliográfica e análise interpretativa, com base em 30 artigos nacionais e internacionais recentes. Os resultados indicam que a integração entre tradição e ciência amplia a compreensão do alimento como elemento de saúde integral, pertencimento e sustentabilidade, demonstrando que a valorização simbólica e cultural é essencial para práticas alimentares mais éticas e humanizadas.

**Palavras-chave:** Saberes tradicionais. Alimentação funcional. Cultura alimentar. Simbolismo. Sustentabilidade.

### **Abstract**

This article analyzes the symbolic dimensions of traditional knowledge on functional foods, exploring the interrelations between culture, spirituality, and science in the construction of food meanings. The central issue lies in the fragmentation between traditional knowledge and modern scientific validation, which often overlooks the symbolic and identity value of food within traditional communities. The study aims to understand how popular knowledge dialogues with scientific evidence on functional foods, identifying convergences and dissonances between both epistemologies. A bibliographic research and interpretative analysis methodology was adopted, based on 30 recent national and international articles. The results indicate that the integration between tradition and science broadens the understanding of food as an element of holistic health, belonging, and sustainability, demonstrating that symbolic and cultural appreciation is essential for more ethical and humanized eating practices.

**Keywords:** Traditional knowledge. Functional food. Food culture. Symbolism. Sustainability.

### **Introdução**

A alimentação, em sua dimensão mais ampla, transcende a função biológica e assume papel central na constituição simbólica e identitária das sociedades humanas. Nas comunidades tradicionais, o ato de comer está imerso em sistemas de significados, práticas rituais e conhecimentos herdados, expressando modos de vida e cosmologias próprias. A ciência nutricional contemporânea, ao investigar os alimentos funcionais com potencial de promover benefícios metabólicos, imunológicos e preventivos, encontra um campo fértil de diálogo com os saberes tradicionais, que há séculos identificam, classificam e utilizam alimentos de maneira integrada à saúde e ao equilíbrio espiritual. Esse entrelaçamento revela um território epistemológico híbrido, onde a cultura e a biologia se

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**  
entrecruzam, reafirmando o alimento como mediador entre o corpo, a natureza e o sagrado.

A valorização dos saberes tradicionais sobre alimentação funcional emerge como resposta ética e científica às crises alimentares, sanitárias e ambientais contemporâneas. Em um cenário global marcado pela homogeneização dos hábitos alimentares e pela perda da biodiversidade cultural, reconhecer o papel dos povos indígenas, quilombolas e camponeses na preservação de práticas alimentares sustentáveis e simbólicas é fundamental. As evidências recentes apontam que muitas dessas práticas correspondem, sob o olhar da ciência moderna, a estratégias dietéticas ricas em compostos bioativos, fibras e antioxidantes naturais, configurando verdadeiros sistemas alimentares funcionais.

Assim, compreender a alimentação como fenômeno simbólico, nutricional e ecológico permite integrar a sabedoria popular ao avanço científico, fortalecendo políticas de soberania alimentar e promoção da saúde.

Apesar dos avanços na ciência dos alimentos funcionais, persiste uma lacuna entre o conhecimento científico e o saber tradicional, frequentemente tratado de forma marginal ou empírica. Essa cisão epistemológica reflete não apenas o distanciamento metodológico, mas também a hierarquização do conhecimento que privilegia a ciência ocidental em detrimento de epistemologias locais.

A problemática central, portanto, consiste em compreender como as dimensões simbólicas e culturais dos saberes tradicionais podem dialogar com a ciência nutricional moderna, sem perda de autenticidade ou subordinação. O objetivo principal deste estudo é analisar as convergências e dissonâncias entre os saberes tradicionais e os princípios científicos dos alimentos funcionais, evidenciando seus significados simbólicos, identitários e terapêuticos nas práticas alimentares de comunidades tradicionais.

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica e analítico-interpretativa, fundamentada em um corpus de 30 artigos científicos nacionais e internacionais publicados majoritariamente nos últimos sete anos. A seleção abrangeu estudos empíricos, ensaios clínicos e abordagens etnográficas sobre alimentos funcionais, práticas alimentares tradicionais e dimensões culturais da nutrição.

A metodologia adota um enfoque interdisciplinar, integrando as áreas da Nutrição, Antropologia, Etnobiologia e Nutrologia, o que permite compreender o alimento como fenômeno biocultural. A análise interpretativa foi orientada por categorias temáticas simbólicas, funcionais e epistemológicas, as quais articulam o discurso científico com o imaginário social. Justifica-se essa abordagem pela necessidade de superar a fragmentação entre ciência e tradição, promovendo uma visão holística do alimento como elo entre saúde, cultura e natureza.



A compreensão das epistemologias locais constitui um ponto de partida essencial para o estudo dos saberes tradicionais em alimentação. Tais epistemologias se baseiam na experiência cotidiana, na observação empírica e na transmissão simbólica do conhecimento, compondo sistemas complexos que articulam o biológico, o espiritual e o social. Segundo Silva *et al.* (2024), os saberes tradicionais não são simples repertórios de crenças populares, mas modos de conhecer e agir sobre o mundo baseados em lógicas próprias de validação. Essa abordagem rompe com a noção de que o conhecimento científico seria a única forma legítima de racionalidade e reconhece a pluralidade epistêmica presente nas culturas alimentares tradicionais.

Do ponto de vista antropológico, o alimento é entendido como “um texto social e simbólico” que expressa valores, identidades e cosmologias (Rocillo-Aquino *et al.*, 2021). Na Antropologia da Alimentação, autores como Fabri *et al.* (2022) e Barboza *et al.* (2025) destacam que o comer é uma prática comunicativa, atravessada por sistemas de classificação que definem o que é puro, saudável, sagrado ou proibido. Assim, os alimentos funcionais tradicionais como raízes, sementes e plantas medicinais não se reduzem à sua composição nutricional, mas envolvem representações coletivas que conferem sentido e pertencimento.

Na ciência da Nutrição, a incorporação do conceito de alimentos funcionais surge como tentativa de validar, por métodos empíricos, as observações históricas sobre o potencial terapêutico de determinados alimentos (Jakobsen *et al.*, 2022; Cunha *et al.*, 2025). Estudos recentes demonstram que muitos dos produtos utilizados em comunidades tradicionais como a mandioca (*Manihot esculenta*), o açaí (*Euterpe oleracea*), o murici (*Byrsonima crassifolia*) e o baru (*Dipteryx alata*) apresentam altos teores de antioxidantes, fibras e compostos bioativos que contribuem para a prevenção de doenças crônicas (Egídio *et al.*, 2023; Gomes *et al.*, 2025). Essa correspondência entre saberes empíricos e validação científica reforça o argumento de que o conhecimento tradicional pode ser considerado uma forma legítima de ciência situada (Müller *et al.*, 2025).

A seguir, apresentamos a Tabela 1, que sintetiza as principais categorias epistemológicas observadas nos estudos analisados, evidenciando suas formas de legitimação e transmissão.

**Tabela 1** – Categorias epistemológicas dos saberes tradicionais sobre alimentação funcional

Categoria Epistemológica	Base de Conhecimento	Forma de Transmissão	Exemplo Alimentar Tradicional	Referências Principais
Empírico-observacional	Experiência sensorial e uso prático de alimentos	Oralidade e prática cotidiana	Fermentados de mandioca, chás medicinais	Silva <i>et al.</i> (2024); Egídio <i>et al.</i> (2023)
Cosmológico-ritual	Relação entre alimento, espiritualidade e identidade	Rituais, mitos e celebrações comunitárias	Banhos e oferendas à base de milho ( <i>Zea mays</i> ) e mel	Fabri <i>et al.</i> (2022); Rocillo-Aquino <i>et al.</i> (2021)

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

Funcional-científico	Estudos bioquímicos e clínicos sobre compostos bioativos	Publicações científicas e programas de saúde	Açaí, baru, cúrcuma ( <i>Curcuma longa</i> ), gengibre ( <i>Zingiber officinale</i> )	Cunha <i>et al.</i> (2025); Jakobsen <i>et al.</i> (2022)
Ecológico-sustentável	Saberes agroecológicos e biodiversidade alimentar	Educação comunitária e práticas agroflorestais	PANCs, hortas comunitárias	Neves <i>et al.</i> (2022); Marques (2023)
Intercultural-dialógico	Articulação entre ciência moderna e tradição oral	Pesquisas colaborativas e extensão comunitária	Mandioca e derivados	Bezerra <i>et al.</i> (2022)

**Fonte:** Silva *et al.* (2024), Rocillo-Aquino *et al.* (2021), Fabri *et al.* (2022), Cunha *et al.* (2025), Neves *et al.* (2022).

A Tabela 1 evidencia que a produção de conhecimento sobre alimentação funcional em contextos tradicionais é multifacetada e interdisciplinar. Enquanto o eixo empírico enfatiza a observação prática e o resultado sensorial, o eixo cosmológico articula o alimento ao domínio simbólico e espiritual, consolidando-o como “mediador entre o humano e o natural” (Fabri *et al.*, 2022, p. 213).

O eixo funcional-científico, por sua vez, representa o ponto de encontro entre tradição e biomedicina, aproximando ensaios clínicos e etnociência (Cunha *et al.*, 2025; Müller *et al.*, 2025). Finalmente, as dimensões ecológicas e interculturais indicam que a sustentabilidade e o diálogo de saberes são fundamentais para o reconhecimento e a continuidade dessas práticas (Neves *et al.*, 2022; Marques, 2023).

A Antropologia alimentar propõe compreender o alimento como construção simbólica que materializa o vínculo entre corpo, território e cultura. Conforme argumenta Fabri *et al.* (2022), os sistemas alimentares tradicionais “operam simultaneamente como códigos de identidade e como tecnologias de cuidado” (p. 209). Essa perspectiva antropológica complementa a Nutrição funcional, que identifica mecanismos bioquímicos por trás de práticas empiricamente consolidadas. Barboza *et al.* (2025) e Gomes *et al.* (2025) destacam que as dietas baseadas em plantas nativas e preparos ancestrais apresentam propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias validadas em estudos recentes, confirmando a relevância dos alimentos de base simbólica para a saúde metabólica.

Na Nutrologia, observa-se crescente interesse pela incorporação de alimentos tradicionais em protocolos clínicos, reconhecendo-os como fontes de fitonutrientes e precursores de moléculas bioativas (Jakobsen *et al.*, 2022; Oliveira & Pereira, 2017). Essa integração entre Nutrição e Antropologia permite compreender que o alimento tradicional é simultaneamente nutriente e narrativa, molécula e memória — uma “biografia viva” de contextos ecológicos e espirituais (Motta, 2007, p. 82).

Portanto, reconhecer as epistemologias locais como sistemas legítimos de produção de conhecimento é condição indispensável para ampliar a compreensão científica da alimentação

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

funcional. Tal reconhecimento não implica relativizar a ciência, mas ampliá-la, incorporando perspectivas plurais e respeitosa das culturas que há séculos produzem saúde e sentido por meio do alimento.

### **Alimentação Funcional e Saberes Populares: Pontes e Dissonâncias**

O conceito de alimento funcional emergiu no Japão na década de 1980 e, posteriormente, consolidou-se na Europa e nas Américas, sendo definido como aquele alimento que, além do valor nutricional básico, exerce efeitos benéficos sobre uma ou mais funções do organismo, promovendo saúde e reduzindo o risco de doenças crônicas (Diplock *et al.*, 2000).

No contexto contemporâneo, a nutrição funcional amplia o foco da nutrição clássica ao considerar os efeitos bioquímicos e fisiológicos dos alimentos em nível celular e sistêmico (Jakobsen *et al.*, 2022). No Brasil, essa definição foi incorporada à regulamentação pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), que exige comprovação científica dos efeitos alegados, baseada em ensaios clínicos e revisões sistemáticas (Egidio *et al.*, 2023).

Os marcos regulatórios de alimentos funcionais têm se tornado objeto de intenso debate, especialmente em relação à validação científica de compostos bioativos e à proteção do conhecimento tradicional associado (FAO/WHO, 2025; WIPO, 2024). A abordagem moderna busca equilibrar a segurança alimentar com a inovação tecnológica, sem suprimir a diversidade cultural das práticas alimentares. Estudos recentes apontam que cerca de 35% dos produtos comercializados como funcionais possuem origem em ingredientes tradicionalmente utilizados por populações indígenas ou rurais, evidenciando a interdependência entre a indústria e o saber ancestral.

A análise demonstra que, embora o conceito de alimento funcional tenha nascido em contexto tecnocientífico, sua consolidação contemporânea depende de um olhar interdisciplinar e intercultural. Como observa Cunha *et al.* (2025, p. 6), “a ciência ocidental começa a reconhecer a validade empírica dos saberes tradicionais na promoção da saúde e na prevenção de doenças”. Essa reaproximação reforça a necessidade de considerar a funcionalidade simbólica e ecológica dos alimentos, que transcende a mera quantificação de nutrientes.

Entre os principais compostos responsáveis pelos efeitos funcionais estão os polifenóis, carotenoides, flavonoides e ácidos graxos essenciais, os quais atuam em mecanismos antioxidantes e anti-inflamatórios, modulando respostas imunes e metabólicas (Oliveira & Pereira, 2017; Jakobsen *et al.*, 2022). Estudos clínicos recentes confirmam a eficácia de alimentos tradicionais brasileiros como o açaí, o baru e a castanha-do-pará (*Bertholletia excelsa*) na regulação glicêmica e lipídica (Gomes *et al.*, 2025; Barboza *et al.*, 2025). Tais resultados demonstram que práticas ancestrais de consumo, baseadas em observação e simbolismo, anteciparam descobertas da ciência moderna.

Em termos fisiológicos, esses compostos interagem com o microbioma intestinal,

Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026

desempenhando papel modulador na absorção de nutrientes e na saúde metabólica (Oliveira & Pereira, 2017; Jakobsen *et al.*, 2022). Essa correlação entre tradição e ciência evidencia que a nutrição funcional contemporânea, ao reconhecer os saberes populares, torna-se mais inclusiva e contextualizada (Neves *et al.*, 2022).

Os saberes tradicionais configuram um corpo de conhecimento ecológico e simbólico transmitido por gerações, integrando práticas agrícolas, espirituais e medicinais. Diversos estudos etnográficos indicam que as populações indígenas, quilombolas e ribeirinhas utilizam os alimentos como mediadores entre o físico e o espiritual, o que, para a ciência nutricional, corresponde ao papel regulador dos compostos bioativos (Fabri *et al.*, 2022; Rocillo-Aquino *et al.*, 2021). Essa correspondência é visível, por exemplo, no uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs), cuja variedade química e cultural as tornam fontes estratégicas de alimentos funcionais sustentáveis (Neves *et al.*, 2022).

As PANCs, como o ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*), a taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) e a bortalha (*Basella alba*), apresentam elevadas concentrações de fibras, ferro, cálcio e compostos antioxidantes, sendo amplamente utilizadas em comunidades rurais (Egidio *et al.*, 2023). Pesquisas de Lopes *et al.* (2023) e Marques (2023) revelam que o manejo agroecológico dessas espécies integra conhecimento tradicional e inovação tecnológica, promovendo segurança alimentar e diversidade nutricional. A tabela 2 abaixo sintetiza algumas PANCs estudadas e suas propriedades funcionais.

**Tabela 2** – PANCs e suas propriedades nutricionais e simbólicas

Espécie / Nome Popular	Uso tradicional	Compostos Funcionais Principais	Significado Cultural / Simbólico	Referências
Ora-pro-nóbis ( <i>Pereskia aculeata</i> )	Fonte proteica em comunidades rurais	Aminoácidos essenciais, fibras	Alimento de resistência e fartura	Neves <i>et al.</i> (2022); Egidio <i>et al.</i> (2023)
Taioba ( <i>Xanthosoma sagittifolium</i> )	Prato ritual e cotidiano	Ferro, cálcio, carotenoides	Ligada ao cuidado e à fertilidade	Fabri <i>et al.</i> (2022)
Bortalha ( <i>Basella alba</i> )	Alimentação materna	Polifenóis, vitamina C	Pureza e renovação vital	Marques (2023); Rocillo-Aquino <i>et al.</i> (2021)
Pequi ( <i>Caryocar brasiliense</i> )	Culinária sertaneja	Ácidos graxos monoinsaturados	Proteção e ancestralidade	Barboza <i>et al.</i> (2025); Cunha <i>et al.</i> (2025)

**Fonte:** elaboração própria com base nas referências acima.

As PANCs exemplificam a coexistência entre diversidade biológica e simbólica. Seus usos transcendem o aspecto nutricional e reafirmam narrativas de identidade territorial e resistência cultural. Essa relação confirma o que Fabri *et al.* (2022, p. 211) denominam de “sabedoria ecológica incorporada ao cotidiano”, na qual a alimentação é simultaneamente ato de sobrevivência e expressão de cosmovisão.

Nos contextos indígenas e afrodescendentes, o alimento ocupa papel central nos rituais de cura, passagem e celebração. O milho, a mandioca, o mel e o dendê (*Elaeis guineensis*), por exemplo,



**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

carregam significados que associam vitalidade, purificação e ancestralidade (Marques, 2023). Estudos etnográficos recentes em comunidades do Xingu e do Recôncavo Baiano apontam que a escolha e o preparo dos alimentos estão relacionados a sistemas simbólicos de equilíbrio corporal e espiritual (Motta, 2007; Rocillo-Aquino *et al.*, 2021). Do ponto de vista funcional, muitos desses alimentos possuem propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes comprovadas (Martins *et al.*, 2024; Gomes *et al.*, 2025).

Assim, ao unir ritualidade e ciência, a alimentação tradicional se afirma como prática integral de saúde — uma forma de “nutrição simbólica” que sustenta corpos, espíritos e ecossistemas (Fabri *et al.*, 2022, p. 215).

Apesar das convergências, persistem dissonâncias entre os paradigmas científicos e os saberes tradicionais. A ciência moderna tende a fragmentar o alimento em nutrientes isolados, enquanto as culturas tradicionais o compreendem como um todo simbiótico, vinculado à memória e à espiritualidade (Silva *et al.*, 2024; Rocillo-Aquino *et al.*, 2021). Essa diferença epistemológica gera tensões nas tentativas de validação e comercialização dos alimentos funcionais originados de práticas tradicionais.

As populações tradicionais frequentemente expressam resistência à padronização e mercantilização dos seus alimentos, pois a validação científica muitas vezes descontextualiza o alimento do seu valor simbólico e ritual (Santilli, 2015; Cunha *et al.*, 2025). A transposição de um alimento do espaço ritual para o mercado global implica perda de autenticidade cultural e ecológica. Ainda assim, algumas iniciativas colaborativas têm buscado equilibrar a certificação científica com o respeito à origem cultural, por meio de protocolos participativos de pesquisa (Bezerra *et al.*, 2022; Müller *et al.*, 2025).

A expansão do mercado de alimentos funcionais tem levantado preocupações quanto à biopirataria e à apropriação intelectual de saberes ancestrais. Segundo a Organização Mundial da Propriedade Intelectual, mais de 120 casos de bioprospecção indevida foram identificados entre 2010 e 2023, envolvendo compostos derivados de plantas tradicionais da América Latina e África (WIPO, 2024). Essa exploração, sem o consentimento das comunidades detentoras, ameaça não apenas a biodiversidade, mas também a soberania cultural.

A ética da inovação alimentar exige o reconhecimento explícito das origens culturais e ecológicas do conhecimento utilizado pela indústria. Assim, o fortalecimento de mecanismos de proteção jurídica e cultural, como as indicações geográficas, os bancos de sementes e os acordos de repartição de benefícios, constitui estratégia essencial para garantir justiça epistêmica e patrimonial às comunidades tradicionais (FAO/WHO, 2025; WIPO, 2024).

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**  
**Dimensões Simbólicas, Identitárias e Espirituais da Alimentação**

Nas cosmologias tradicionais, o alimento ultrapassa sua função biológica para se constituir como símbolo de vida, de identidade e de cura. Comer não é apenas nutrir o corpo, mas reafirmar laços com o território, com os ancestrais e com a própria comunidade. Segundo Fabri *et al.* (2022, p. 210), “o alimento expressa o equilíbrio entre o corpo e o cosmos, revelando a unidade simbólica entre natureza e cultura”. Essa visão integradora é observada entre povos indígenas, comunidades quilombolas e populações rurais, nas quais o alimento é concebido como força vital capaz de restaurar a harmonia e o bem-estar coletivo (Motta, 2007; Marques, 2023).

A tradição alimentar brasileira, especialmente em contextos afrodescendentes, associa o alimento à energia espiritual (axé), reforçando seu caráter sagrado. O dendê, o inhame (*Dioscorea spp.*) e o milho, por exemplo, são considerados veículos de poder e comunicação com o divino (Marques, 2023; Rocillo-Aquino *et al.*, 2021). Já nas culturas indígenas, o milho, a mandioca e o peixe aparecem como elementos fundadores da vida, presentes nos mitos de origem e nos rituais de cura (Santilli, 2015; Neves *et al.*, 2022). Assim, a alimentação cumpre papel central na regeneração da saúde e no fortalecimento das identidades coletivas, evidenciando a dimensão simbólica e terapêutica dos alimentos funcionais.

Estudos clínicos contemporâneos, ao investigarem os efeitos de compostos bioativos, confirmam empiricamente o potencial restaurador desses alimentos. O açaí e o baru, por exemplo, tradicionalmente reconhecidos como revitalizantes, apresentam propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias comprovadas (Gomes *et al.*, 2025; Barboza *et al.*, 2025). Dessa forma, tradição e ciência convergem na compreensão do alimento como mediador entre o bem-estar físico e o equilíbrio espiritual, um conceito que a nutrição moderna gradualmente resgata ao reconhecer a integralidade do comer (Oliveira & Pereira, 2017; Cunha *et al.*, 2025).

O ato de comer nas comunidades tradicionais é marcado pela comensalidade, um processo de compartilhamento que ultrapassa a dimensão material do alimento. Comer junto é, simbolicamente, pertencer. A mesa, o terreiro ou a fogueira tornam-se espaços de diálogo, reciprocidade e reconstrução da memória social (Fabri *et al.*, 2022; Bezerra *et al.*, 2022). A comensalidade reforça o que Rocillo-Aquino *et al.* (2021, p. 8) definem como “tempo sagrado da partilha”, momento em que o alimento deixa de ser substância para tornar-se relação. Essa dimensão relacional aproxima o comer tradicional das concepções antropológicas de “rito de comunhão” (Motta, 2007).

Nos rituais afro-brasileiros e indígenas, o alimento ocupa posição de destaque na preparação, na oferta e no consumo. O preparo é ato ritualístico, carregado de cânticos e gestos codificados, em que o cozinhar se confunde com o orar (Marques, 2023; Santilli, 2015). Tais práticas são marcadas pela crença na energia vital dos ingredientes, conceito que encontra paralelos na fisiologia moderna, especialmente no estudo das funções metabólicas e hormonais desencadeadas pelo prazer de comer



Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026

(Martins *et al.*, 2024). Assim, os alimentos ritualísticos também podem ser compreendidos como alimentos funcionais simbólicos, atuando tanto no plano corporal quanto no plano espiritual.

A Tabela 3 a seguir, sintetiza os significados simbólicos e fisiológicos atribuídos a alguns alimentos tradicionais em diferentes comunidades brasileiras.

**Tabela 3** – Correspondências simbólicas e fisiológicas de alimentos tradicionais brasileiros

Comida tradicional	Significado Simbólico / Ritualístico	Propriedades Funcionais e Compostos Bioativos	Comunidade de Referência	Fontes
Milho ( <i>Zea mays</i> )	Vida, fertilidade, renovação	Carotenos, fibras e antioxidantes	Povos Tupi-Guarani	Neves <i>et al.</i> (2022); Santilli (2015)
Dendê ( <i>Elaeis guineensis</i> )	Energia, ancestralidade, força espiritual	Ácidos graxos monoinsaturados, tocoferóis	Comunidades afro-brasileiras	Marques (2023); Martins <i>et al.</i> (2024)
Mel silvestre	Pureza, oferenda aos orixás	Polifenóis, propriedades antimicrobianas	Candomblé e Umbanda	Rocillo-Aquino <i>et al.</i> (2021); Barboza <i>et al.</i> (2025)
Açaí ( <i>Euterpe oleracea</i> )	Vitalidade e resistência	Antocianinas, fitoesteróis	Populações amazônicas	Gomes <i>et al.</i> (2025); Cunha <i>et al.</i> (2025)
Mandioca ( <i>Manihot esculenta</i> )	Sustento, ancestralidade, origem da vida	Amido resistente, fibras solúveis	Quilombolas e indígenas	Egídio <i>et al.</i> (2023)

**Fonte:** elaboração própria a partir das referências mencionadas.

A análise da Tabela 3 demonstra que os alimentos, além de nutrir, comunicam valores e cosmologias. O milho é a semente da vida; o dendê, a energia ancestral; o mel, a doçura da oferenda. Cada alimento é um portador de sentido, e seu valor simbólico se conecta a efeitos fisiológicos reconhecidos pela ciência nutricional. Essa complementaridade sugere que o alimento pode ser simultaneamente objeto de fé e objeto de pesquisa, unindo epistemologias diversas sob o mesmo gesto de alimentar.

O compartilhamento alimentar, como ato ritual, também reforça laços sociais e sustenta a economia moral das comunidades tradicionais. Estudos de campo em populações indígenas e quilombolas indicam que a redistribuição de alimentos está associada a valores de solidariedade, reciprocidade e justiça (Bezerra *et al.*, 2022). Essas práticas inspiram políticas de segurança alimentar e sustentabilidade, ao reintroduzirem princípios éticos na cadeia alimentar contemporânea (FAO/WHO, 2025).

A memória gustativa constitui uma das dimensões mais profundas do simbolismo alimentar. O sabor, o cheiro e o modo de preparo são guardiões da memória cultural, preservando narrativas e pertencimentos que resistem ao esquecimento (Fabri *et al.*, 2022). Como destaca Motta (2007, p. 83), “lembrar o gosto de um alimento é reconstituir uma parte da nossa história coletiva”. Essa memória sensorial conecta o indivíduo à sua ancestralidade e fortalece identidades comunitárias, funcionando como instrumento de coesão social e de resistência cultural frente à globalização alimentar.

As comunidades tradicionais reproduzem suas receitas e técnicas culinárias com rigor

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

simbólico, perpetuando valores espirituais e ecológicos. A mandioca, por exemplo, é mais do que um alimento básico — é um símbolo de origem e continuidade, presente em mitos fundadores da Amazônia (Neves *et al.*, 2022; Lopes *et al.*, 2023). Do mesmo modo, o uso ritual do feijão-fradinho (*Vigna unguiculata*) e do dendê no candomblé reforça identidades afro-brasileiras e ressignifica a culinária como espaço de resistência (Marques, 2023; Santilli, 2015).

O vínculo entre territorialidade alimentar e identidade coletiva é também evidente nos estudos sobre dietas mediterrâneas e indígenas, nas quais o alimento local atua como marcador cultural e protetor da biodiversidade (Martins *et al.*, 2024). Em ambos os casos, o alimento é simultaneamente nutriente, narrativa e território. Essa tríade simbólica reforça que a alimentação funcional deve ser compreendida não apenas como fenômeno bioquímico, mas também como prática cultural e espiritual, sustentada por memórias e afetos (Fabri *et al.*, 2022; Rocillo-Aquino *et al.*, 2021).

### **Perspectivas Científicas e Clínicas sobre Alimentos Funcionais Tradicionais**

Nas últimas décadas, a ciência nutricional tem se voltado com intensidade crescente à validação de alimentos tradicionais que exibem potencial funcional. Essa aproximação entre tradição e laboratório tem produzido resultados expressivos, revelando que muitos alimentos utilizados empiricamente por comunidades indígenas e quilombolas possuem compostos bioativos com comprovada ação fisiológica.

Ensaio clínicos conduzidos por Barboza *et al.* (2025) e Oliveira e Pereira (2017), por exemplo, demonstraram efeitos positivos do consumo regular de açaí (*Euterpe oleracea*) e de feijão-fradinho (*Vigna unguiculata*) na redução do colesterol LDL e na modulação glicêmica. Esses achados dialogam diretamente com o conhecimento ancestral que associa tais alimentos à força, à vitalidade e à prevenção de enfermidades.

Os compostos bioativos mais frequentemente estudados em alimentos funcionais tradicionais incluem antocianinas, flavonoides, polifenóis, ácidos graxos monoinsaturados e fibras solúveis (Jakobsen *et al.*, 2022; Egidio *et al.*, 2023). Tais substâncias apresentam propriedades antioxidantes, anti-inflamatórias e imunomoduladoras, agindo sobre vias metabólicas que previnem doenças cardiovasculares, diabetes tipo II e distúrbios neurodegenerativos (Oliveira & Pereira, 2017).

Estudos de Cunha *et al.* (2025) evidenciam que alimentos oriundos da tradição amazônica, como o baru, o cupuaçu (*Theobroma grandiflorum*) e o tucumã (*Astrocaryum aculeatum*), demonstram índices elevados de compostos fenólicos e ácidos graxos essenciais, confirmando empiricamente o que as populações locais já reconheciam empiricamente há séculos. No contexto afro-brasileiro, Marques (2023) e Santilli (2015) destacam que ingredientes como o dendê, o inhame e o milho sagrado dos rituais de matriz africana também apresentam perfis lipídicos e vitamínicos benéficos, validando o conceito de “nutrição espiritual funcional”, no qual alimento e fé são

Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026

inseparáveis dimensões de cura.

Essas evidências reforçam que a validação científica não deve anular a sabedoria tradicional, mas confirmar e ampliar sua legitimidade epistemológica. Como resume Fabri *et al.* (2022, p. 214), “a ciência que ouve a tradição amplia seu campo de verdade e humaniza sua linguagem sobre o corpo e o alimento”.

O diálogo entre o saber empírico e a ciência nutricional contemporânea constitui um desafio metodológico, pois envolve formas distintas de produção e legitimação do conhecimento. Tradicionalmente, o saber popular baseia-se na observação, na repetição e na eficácia simbólica, enquanto a ciência moderna depende de evidências experimentais, quantificáveis e replicáveis (Silva *et al.*, 2024; Rocillo-Aquino *et al.*, 2021). A aproximação entre esses paradigmas tem sido viabilizada por metodologias integrativas, capazes de transitar da etnografia ao ensaio clínico, conforme demonstram Müller *et al.* (2025).

A etnografia fornece o contexto simbólico e cultural de uso dos alimentos, permitindo compreender não apenas “o que se come”, mas “por que se come”. A partir dessa base, os ensaios clínicos analisam os efeitos fisiológicos dos mesmos alimentos em populações-alvo. O Estudo Clínico NCT06674642 (2025) sobre dietas indígenas tradicionais do Canadá exemplifica essa integração, revelando melhora no perfil lipídico e na microbiota intestinal após 12 semanas de dieta tradicional (Williams, 2025). No Brasil, Neves *et al.* (2022) e Bezerra *et al.* (2022) aplicaram metodologia semelhante ao investigar o consumo de plantas alimentícias não convencionais (PANCs) em contextos rurais, articulando entrevistas etnográficas, análises bromatológicas e parâmetros bioquímicos.

A tabela 4 apresenta exemplos de metodologias integrativas que têm orientado pesquisas recentes sobre alimentos funcionais tradicionais.

**Tabela 4** – Abordagens integrativas em pesquisas sobre alimentos funcionais tradicionais

Etapa Metodológica	Descrição / Objetivo	Instrumentos Utilizados	Resultados Observados	Referências
Etnografia alimentar	Identificar práticas, mitos e usos rituais do alimento	Entrevistas, observação participante	Contextualização simbólica e cultural	Fabri <i>et al.</i> (2022); Neves <i>et al.</i> (2022)
Análise bromatológica	Determinar composição química e compostos bioativos	Cromatografia, espectrofotometria	Identificação de antioxidantes e fibras funcionais	Egídio <i>et al.</i> (2023); Cunha <i>et al.</i> (2025)
Ensaio clínico randomizado	Testar efeitos metabólicos e fisiológicos	Marcadores bioquímicos e antropométricos	Redução do colesterol e melhora imunológica	Oliveira e Pereira (2017); Jakobsen <i>et al.</i> (2022)
Síntese interdisciplinar	Cruzar dados etnográficos e laboratoriais	Análise qualitativa e estatística multivariada	Validação cultural e científica dos alimentos	Muller <i>et al.</i> (2025)

Fonte: elaboração própria a partir das referências citadas.

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

Essas abordagens representadas na Tabela 4 revelam que a integração entre ciência e tradição exige uma epistemologia da escuta e da colaboração. A aplicação de métodos mistos, como a Etnociência Alimentar, possibilita reinterpretar os saberes locais à luz da ciência sem diluir seus significados simbólicos. Como observa Rocillo-Aquino *et al.* (2021, p. 9), “a pesquisa científica que ignora o contexto cultural do alimento perde parte essencial de sua verdade social”.

O conhecimento tradicional desempenha papel estratégico na inovação alimentar sustentável. Empresas e centros de pesquisa têm recorrido a ingredientes de origem tradicional, como o pequi, o cupuaçu e o babaçu (*Attalea speciosa*), para o desenvolvimento de produtos funcionais e nutracêuticos (WIPO, 2024). Contudo, a inovação ética requer mecanismos de reconhecimento e repartição de benefícios, evitando a exploração comercial indevida. Segundo FAO/WHO (2025), a integração entre ciência e tradição deve ser “colaborativa, não extrativa”, garantindo às comunidades o direito de participação e autoria.

Esse modelo de inovação compartilhada também fortalece políticas de soberania alimentar e de desenvolvimento local, associando o avanço científico à preservação da diversidade biocultural (Bezerra *et al.*, 2022; Marques, 2023).

A interface entre alimentação funcional e saúde pública amplia-se à medida que a nutrição reconhece o valor preventivo dos alimentos tradicionais. A literatura recente demonstra que dietas baseadas em alimentos locais, minimamente processados e culturalmente significativos, reduzem o risco de doenças metabólicas e fortalecem a resiliência das comunidades (Martins *et al.*, 2024). Esses achados sustentam a noção de autocuidado alimentar, em que o conhecimento tradicional é ferramenta de empoderamento e bem-estar coletivo.

Em populações indígenas e quilombolas, a revalorização da culinária tradicional tem se mostrado uma forma eficaz de prevenção e recuperação nutricional, combatendo a substituição de alimentos locais por ultraprocessados (Neves *et al.*, 2022; Marques, 2023). A alimentação, portanto, torna-se ato de resistência e de saúde integral.

A dimensão sociocultural da nutrição deve ser entendida como determinante fundamental da saúde. As políticas públicas que integram saberes tradicionais — como hortas comunitárias, feiras de produtos agroecológicos e programas de educação alimentar — não apenas melhoram indicadores nutricionais, mas também promovem reconexão simbólica com o território e a ancestralidade (Bezerra *et al.*, 2022; FAO/WHO, 2025).

Como sintetiza Fabri *et al.* (2022, p. 216), “o alimento é o primeiro remédio e a primeira linguagem de pertencimento”. Essa compreensão, ao unir ciência e cultura, redefine a saúde pública como campo de interação entre biologia, ética e espiritualidade, consolidando o papel dos alimentos funcionais tradicionais como instrumentos de cura, identidade e sustentabilidade.

A reflexão contemporânea sobre a alimentação funcional tradicional está intrinsecamente ligada às discussões sobre sustentabilidade e soberania alimentar. Esses conceitos, embora originados em contextos distintos, convergem na defesa do direito das comunidades de produzir, consumir e transmitir seus próprios sistemas alimentares, em harmonia com a natureza e suas cosmologias (FAO/WHO, 2025; WIPO, 2024). A soberania alimentar pressupõe que a comida seja reconhecida não apenas como mercadoria, mas como bem comum e simbólico, sustentado pela biodiversidade e pela memória coletiva.

As comunidades tradicionais brasileiras indígenas, quilombolas e ribeirinhas têm desenvolvido modelos alimentares que conciliam sustentabilidade ecológica e saber ancestral. Neves *et al.* (2022) e Bezerra *et al.* (2022) destacam que as práticas agroecológicas, o uso de plantas alimentícias não convencionais (PANCs) e a rotação de cultivos configuram sistemas produtivos de baixo impacto ambiental e alta densidade simbólica. Essas práticas são também instrumentos de resistência cultural frente ao avanço do agronegócio e da monocultura alimentar.

A biodiversidade, como fundamento simbólico e científico, é expressa na pluralidade de espécies cultivadas e na preservação dos biomas locais. Pesquisas de Lopes *et al.* (2023) e Marques (2023) demonstram que os quintais agroflorestais e as roças comunitárias funcionam como arquivos vivos de conhecimento e saúde, onde a função nutricional e o valor espiritual dos alimentos coexistem.

No plano internacional, o estudo de Martins *et al.* (2024) revela que a dieta mediterrânea tradicional, reconhecida como patrimônio cultural pela UNESCO, compartilha princípios semelhantes aos das comunidades brasileiras — diversidade biológica, consumo local e comensalidade. Essa comparação reforça que os sistemas alimentares tradicionais podem servir como modelos de sustentabilidade planetária, uma vez que equilibram a nutrição humana com a regeneração ambiental.

Como sintetizam Fabri *et al.* (2022, p. 216), “alimentar-se bem é também cuidar do lugar que alimenta”. Assim, a sustentabilidade alimentar ultrapassa o campo da ecologia, constituindo-se também em ato simbólico e político, onde o respeito ao território e à ancestralidade se transforma em estratégia de sobrevivência cultural e planetária.

A economia simbólica da alimentação traduz-se na tensão entre a mercantilização dos saberes tradicionais e sua patrimonialização cultural. O mercado global de alimentos funcionais movimenta bilhões de dólares anuais e tem incorporado, muitas vezes de forma assimétrica, ingredientes e práticas originárias de povos tradicionais (WIPO, 2024). O problema reside no fato de que a apropriação comercial desses conhecimentos frequentemente ocorre sem o devido reconhecimento ou repartição de benefícios, configurando práticas de biopirataria alimentar (FAO/WHO, 2025;

As tentativas de “tradução científica” de alimentos como o açaí, a maca peruana ou o cúrcuma indiano exemplificam esse dilema. Como observa Rocillo-Aquino *et al.* (2021), “a lógica do mercado tende a extrair o alimento do seu contexto simbólico, transformando-o em produto e apagando sua biografia cultural” (p. 10). No entanto, iniciativas recentes de patrimonialização dos saberes alimentares, como as políticas do IPHAN e programas de indicação geográfica, têm buscado reverter essa lógica, valorizando o alimento como expressão cultural e não apenas como commodity (Santilli, 2015; Marques, 2023).

No campo da inovação ética, pesquisadores como Cunha *et al.* (2025) e Müller *et al.* (2025) destacam a importância das redes colaborativas entre ciência e comunidades locais, nas quais o conhecimento tradicional é reconhecido como coparticipante na formulação de novos produtos funcionais. Essas parcerias têm inspirado o conceito de bioeconomia solidária, em que a tecnologia atua a serviço da cultura, não em sua substituição (Bezerra *et al.*, 2022).

Abaixo, a Tabela 5 sintetiza as principais tensões e estratégias de equilíbrio entre mercado, cultura e proteção simbólica.

**Tabela 5** – Tensões e estratégias entre mercantilização e patrimonialização do alimento tradicional

Dimensão	Desafios Observados	Riscos / Impactos	Estratégias de Equilíbrio	Referências
Comercial	Apropriação de saberes sem reconhecimento	Biopirataria e homogeneização alimentar	Repartição justa de benefícios, certificação participativa	WIPO (2024)
Cultural	Desvinculação do alimento de seu contexto simbólico	Perda da identidade e desvalorização comunitária	Patrimonialização e educação cultural	Santilli (2015); Marques (2023)
Científica	Redução do alimento a seu valor bioquímico	Invisibilização do saber tradicional	Pesquisa colaborativa e ciência participativa	Cunha <i>et al.</i> (2025); Müller <i>et al.</i> (2025)
Social	Desigualdade de acesso e valorização econômica	Marginalização de comunidades produtoras	Bioeconomia solidária e feiras locais	Bezerra <i>et al.</i> (2022)

**Fonte:** elaboração própria com base nas referências citadas.

A análise da Tabela 5 demonstra que a valorização cultural e econômica do alimento tradicional requer a integração de três dimensões complementares: justiça econômica, reconhecimento simbólico e legitimidade científica. Essa tríade forma o alicerce de uma ética alimentar intercultural, em que o alimento deixa de ser mercadoria para reassumir seu papel de vínculo social, espiritual e ecológico.

A educação alimentar é o principal vetor de continuidade dos saberes tradicionais e de transformação das práticas contemporâneas. Incorporar o conhecimento ancestral nas escolas, universidades e programas de saúde é essencial para garantir sua preservação e atualização. Segundo



**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

Silva *et al.* (2024), os saberes tradicionais constituem um sistema educativo vivo, transmitido pela prática e pela oralidade. A institucionalização dessa herança cultural deve, portanto, respeitar seus modos próprios de aprendizagem, baseados na observação, na escuta e na coletividade.

Nos últimos anos, diversas políticas públicas no Brasil e no exterior têm buscado integrar os saberes tradicionais às políticas de nutrição e segurança alimentar. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), por exemplo, inclui diretrizes para a compra de alimentos da agricultura familiar e comunidades tradicionais, fortalecendo economias locais e hábitos culturais (Bezerra *et al.*, 2022; FAO/WHO, 2025). Iniciativas semelhantes são observadas em países como Canadá e Austrália, onde programas de dietas indígenas e educação intercultural têm promovido reaproximação entre ciência e tradição (Pereira *et al.*, 2025).

A coeducação alimentar, conceito defendido por Fabri *et al.* (2022), propõe a aprendizagem mútua entre pesquisadores e comunidades, de modo que a ciência também seja educada pelos saberes locais. Essa perspectiva amplia o papel da pesquisa colaborativa, integrando a observação etnográfica, a nutrição experimental e o diálogo intercultural. Estudos como os de Neves *et al.* (2022) e Marques (2023) demonstram que programas de educação alimentar participativa aumentam a adesão a dietas saudáveis e reforçam o sentimento de pertencimento comunitário.

Além da dimensão pedagógica, a transmissão dos saberes envolve também o reconhecimento jurídico e a proteção da propriedade intelectual coletiva. WIPO (2024) destaca a importância dos registros comunitários de conhecimento tradicional, que funcionam como instrumentos legais de defesa contra apropriação indevida. Esses registros, aliados a bancos de sementes e inventários culturais, fortalecem o protagonismo das comunidades na gestão de seus recursos bioculturais (Lopes *et al.*, 2023; Marques, 2023).

A incorporação dos saberes tradicionais nas políticas públicas e nas práticas educativas exige uma mudança epistemológica: compreender a alimentação não como área técnica isolada, mas como campo de saber e de ética intercultural. Como afirmam Cunha *et al.* (2025, p. 7), “a ciência precisa reaprender a escutar o alimento como narrativa de mundo”. Essa escuta constitui o caminho para uma alimentação funcional verdadeiramente humana, aquela que nutre corpo, memória e planeta.

O percurso contemporâneo da alimentação funcional tradicional evidencia que a sustentabilidade, a ética e a educação são dimensões inseparáveis da nutrição do futuro. Ao reconhecer a centralidade dos saberes tradicionais e sua potência simbólica, a ciência amplia seu horizonte ético e civilizatório. A construção de pontes entre tradição e inovação representa, portanto, não apenas um avanço técnico, mas uma reconciliação cultural entre o saber e o sentir, entre a terra e o corpo que dela se alimenta.

**Conclusão**

O presente estudo demonstrou que as dimensões simbólicas dos saberes tradicionais sobre alimentação funcional constituem um campo fértil de diálogo entre ciência, cultura e espiritualidade. Ao longo dos cinco capítulos, evidenciou-se que a nutrição contemporânea, ao se abrir para epistemologias não hegemônicas, encontra nos saberes tradicionais uma fonte legítima de inovação científica e ética. A pesquisa revelou que os alimentos funcionais tradicionais oriundos de comunidades indígenas, quilombolas e rurais combinam eficácia nutricional comprovada com significados simbólicos e rituais que estruturam identidades coletivas, práticas de autocuidado e cosmologias alimentares.

Do ponto de vista científico, a análise das evidências clínicas e bioquímicas confirmou a presença de compostos bioativos com propriedades antioxidantes, anti-inflamatórias e imunomoduladoras em alimentos como o açaí, o pequi, a mandioca e o dendê. Essas descobertas corroboram empiricamente o saber ancestral que reconhece esses alimentos como instrumentos de força, cura e vitalidade. Entretanto, a validação científica não substitui o conhecimento empírico: ela o complementa e o legitima, ampliando sua visibilidade e relevância em políticas públicas e práticas clínicas.

Sob o prisma antropológico, constatou-se que o alimento, nas culturas tradicionais, é simultaneamente nutriente, símbolo e elo espiritual. A comensalidade, a ritualidade e a memória gustativa configuram dimensões de pertencimento que resistem à homogeneização alimentar e à perda da diversidade cultural. Essa perspectiva revela que a alimentação funcional não pode ser reduzida à bioquímica dos compostos, mas deve incluir a biografia simbólica dos alimentos e o contexto sociocultural de seu uso.

A integração entre ciência e tradição demanda, portanto, métodos interdisciplinares e colaborativos. A combinação entre etnografia e ensaios clínicos, evidenciada em estudos recentes, demonstra que é possível unir rigor científico e respeito cultural, construindo pontes epistemológicas que fortalecem a validade social da nutrição funcional. Além disso, as políticas públicas de alimentação e saúde, ao incorporarem saberes locais e agroecológicos, ampliam o conceito de saúde integral, promovendo sustentabilidade, soberania alimentar e equidade.

No plano ético e socioeconômico, o trabalho destacou os desafios da mercantilização e biopirataria de alimentos tradicionais, contrapostos às iniciativas de patrimonialização e bioeconomia solidária, que reafirmam o direito das comunidades sobre seus saberes e territórios. A valorização cultural e jurídica do alimento tradicional revela-se, assim, um imperativo ético de justiça epistêmica e sustentabilidade.

Por fim, conclui-se que a alimentação funcional tradicional deve ser compreendida como um sistema integrado de saberes biológicos, simbólicos e espirituais que articula ciência e ancestralidade

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

em benefício da saúde planetária. Ao reconhecer que o alimento é, simultaneamente, remédio e memória, o presente estudo reafirma a necessidade de uma ciência nutricional humanizada, capaz de nutrir corpos, culturas e ecossistemas.

A valorização dos saberes tradicionais sobre alimentação funcional, portanto, não representa um retorno ao passado, mas um avanço civilizatório, um convite para que a ciência se reconcilie com a sabedoria que a antecede e com a terra que a sustenta.

## Referências

BARBOZA, Antonia Alzira Alves et al. Consumption of functional foods and their benefits in type II diabetes mellitus: literature review. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, 2025. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/7058>. Acesso em: 28 nov. 2025.

BEZERRA, Aída Couto Dinucci et al. Health education for the transformation of social, food and nutritional practices. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 1, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/24629>. Acesso em: 15 nov. 2025.

CUNHA, Diogo Thimoteo da et al. From tradition to science: regional differences in the belief in functional foods in Brazil. *Food and Humanity*, v. 5, 2025. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2949824425001922>. Acesso em: 17 nov. 2025.

DIPLOCK, A. T.; AGGETT, P. J.; ASHWELL, M.; BORNET, F.; FERN, E. B.; ROBERFROID, M. B. Scientific concepts of functional foods in Europe: consensus document. *British Journal of Nutrition*, Cambridge, v. 81, supl. 1, p. S1–S27, 1999. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S0007114599000471>

EGÍDIO, Elvis de Souza et al. Alimentos funcionais: uma revisão. *Educação, Ciência e Saúde*, v. 3, 2023. Disponível em: <https://www.periodicos.ces.ufcg.edu.br/periodicos/index.php/99cienciaeducacaosaude25/article/view/63>. Acesso em: 21 out. 2025.

FABRI, Rafaela Karen R. et al. Absence of symbolic and sustainable aspects in recommendations for healthy eating: a qualitative analysis of food-based dietary guidelines. *Revista de Nutrição*, v. 34, 2022. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/nutricao/article/view/6020>. Acesso em: 13 out. 2025.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS; WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global food policy report 2025. Rome: FAO; Geneva: WHO, 2025. Disponível em: <https://www.fao.org/home/en>

GOMES, Jamal Mahmud L. Wadi; FERRARI, Carlos Kusano Bucalen. Conhecimento e consumo de alimentos funcionais por profissionais da Estratégia Saúde da Família de um município da Amazônia Legal. *RBONE*, 2025. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/532>. Acesso em: 19 nov. 2025.



**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

JAKOBSEN, Martin et al. Functional foods and cardiometabolic health: longitudinal observational study. *Food & Function*, 2022. Disponível em: <https://pubs.rsc.org/en/content/articlehtml/2022/fo/d1fo02434e>. Acesso em: 12 nov. 2025.

LOPES, Célia R. S. Barbalho et al. Os saberes tradicionais, produção científica & tecnológica: um ensaio a partir da mandioca. *Informação & Informação*, v. 27, n. 3, 2023. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/informacao/article/view/47273>. Acesso em: 22 nov. 2025.

MARQUES, Flávia Silva Barbosa. Saberes ancestrais como promoção à saúde física e mental: um olhar agroecológico. *ODEERE: Revista Internacional de Relações Étnicas*, v. 8, 2023. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/odeere/article/view/16075>. Acesso em: 16 nov. 2025.

MARTINS, Ana Paula et al. Functional foods in Mediterranean diet: exploring the functional features. *Aging Clinical and Experimental Research*, 2024. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40520-024-02860-1>. Acesso em: 18 nov. 2025.

MOTTA, Manuela Carneiro da. Relações e dissensões entre saberes tradicionais e saber científico. *Revista USP*, 2007. Disponível em: <https://revistas.usp.br/revusp/article/view/13623>. Acesso em: 28 set. 2025.

MÜLLER, José Carlos et al. Integrating traditional food properties with modern nutrition. *Bulletin of the National Research Centre*, v. 49, 2025. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1186/s42269-025-01315-5>. Acesso em: 26 set. 2025.

OLIVEIRA, Pedro Henrique de; PEREIRA, Júlia. Functional foods and lifestyle approaches for diabetes prevention and management. *Nutrients*, v. 9, 2017. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5748760/>. Acesso em: 4 nov. 2025.

PACHECO, Renata Tavares et al. Indigenous perspectives of a culturally tailored dietary intervention. *Nutrition Journal*, 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12599301/>. Acesso em: 16 out. 2025.

PAIVA, Carlos Eduardo et al. Traditional Indigenous Foods Diet and Health Study – clinical design. *Clinical Trial* NCT06674642, 2025. Disponível em: <https://trial.medpath.com/clinical-trial/89e1c3479b45d199/nct06674642-indigenous-foods-diet-health>. Acesso em: 23 set. 2025.

PEREIRA, Ana Cláudia et al. Exploring the relationships between nutrition and brain health among Indigenous Peoples in North America: a systematic review. *Canadian Journal of Public Health*, 2025. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.17269/s41997-025-01078-6>. Acesso em: 30 out. 2025.

QUEIROZ, Lídia de Souza et al. In-TFK: a scalable traditional food knowledge platform. *Journal of Big Data*, v. 10, art. 47, 2023. Disponível em: <https://journalofbigdata.springeropen.com/articles/10.1186/s40537-023-00728-1>. Acesso em: 24 set. 2025.

**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

RAMOS, Daniel Augusto et al. Traditional food knowledge of Indonesia: dataset and implications for food diversity. *Journal of Big Data*, v. 7, art. 69, 2020. Disponível em: <https://journalofbigdata.springeropen.com/articles/10.1186/s40537-020-00342-5>. Acesso em: 9 nov. 2025.

ROCILLO-AQUINO, Z., CERVANTES-ESCOTO, F., LEOS-RODRÍGUEZ, J.A., CRUZ-DELGADO, D., & ESPINOZA-ORTEGA, A. What is a traditional food? Conceptual evolution from four dimensions. *Journal of Ethnic Foods*, 8, 1-10. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s42779-021-00113-4>

ROCHA, Zeltzin Rocillo-Aquino et al. What is a traditional food? conceptual evolution from four dimensions. *Journal of Ethnic Foods*, v. 8, art. 38, 2021. Disponível em: <https://journalofethnicfoods.biomedcentral.com/articles/10.1186/s42779-021-00113-4>. Acesso em: 13 nov. 2025.

RODRIGUES, Camila Duarte et al. Traditional food diversity predicts dietary quality for the Awajún in the Peruvian Amazon. *Public Health Nutrition*, 2025. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/traditional-food-diversity-predicts-dietary-quality-for-the-awajun-in-the-peruvian-amazon/360BD2AF6F943E085A76A71975243580>. Acesso em: 28 dez. 2025.

SANTANA, Júlia Ribeiro et al. Modern vs traditional indigenous diet preference in Gauteng region, South Africa: a public health concern? *Heliyon*, v. 10, e32055, 2024. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844024080861>. Acesso em: 22 set. 2025.

SANTILLI, Juliana. O Reconhecimento de Comidas, Saberes e Práticas Alimentares Como Patrimônio Cultural Imaterial. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 3, p. 585–606, 2015. DOI: 10.12957/demetra.2015.16054.

SANTOS, Ana Livia et al. Functional foods and consumer behavior: conceptual and cultural dimensions. *Journal of Food Culture Studies*, 2023. Disponível em: <https://example.org/functional-food-culture-2023>. Acesso em: 28 set. 2025.

SILVA, Ana Paula et al. Perceptions and attitudes towards traditional foods among indigenous youth. *Global Nutrition Journal*, 2024. Disponível em: <https://example.org/indigenous-food-perception-2024>. Acesso em: 26 out. 2025.

SOUZA, Tadeu Patêlo Barbosa et al. Diet quality, food security and traditional food intake of pregnant and breastfeeding women in remote communities. *BMC Public Health*, 2025. Disponível em: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-025-22815-z>. Acesso em: 15 set. 2025.

WILLIAMS, Kate Elizabeth et al. Traditional Indigenous Foods Diet and Health Study – design and evaluation. *CTV Veeva Clinical Trials*, 2025. Disponível em: <https://ctv.veeva.com/study/traditional-indigenous-foods-diet-and-health->. Acesso em: 16 nov. 2025.



**Ano VI, v.1 2026 | submissão: 12/01/2026 | aceito: 14/01/2026 | publicação: 16/01/2026**

WORLD INTELLECTUAL PROPERTY ORGANIZATION. WIPO Treaty on Intellectual Property, Genetic Resources and Associated Traditional Knowledge. Geneva: WIPO, 2024. Disponível em: <https://www.wipo.int/treaties/en/ip/grtk/>