



FACULDADE DE LETRAS E CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA

**Mestrado em Sociologia Rural e Gestão do Desenvolvimento
Especialização em Segurança Alimentar e Nutricional**

**Análise do Acesso à Alimentação Adequada entre os Agregados Familiares que
Praticam a Agricultura de Subsistência no Distrito de Magude, Província de Maputo.**

Autora: Verona Salésia Matsinhe

Supervisor: Prof. Dr. Carlos Cuinhane

Maputo, Agosto de 2025



FACULDADE DE LETRAS E CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA

**MESTRADO EM SOCIOLOGIA RURAL E GESTÃO DE DESENVOLVIMENTO –
SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

Dissertação apresentada ao Departamento de Sociologia da Faculdade de Letras e Ciências Sociais da UEM, como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Sociologia rural e gestão de desenvolvimento

Juri

Supervisor	Presidente	Arguente	Data
			____/____/____

Maputo, Agosto de 2025

DECLARAÇÃO DE HONRA

Eu, Verona Salesia Matsinhe, declaro por minha honra que esta dissertação que submeto à Universidade Eduardo Mondlane, como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Sociologia Rural e Gestão de Desenvolvimento, nunca foi apresentada para a obtenção de qualquer outro grau académico. Seus resultados são fruto da minha investigação pessoal e independente, tendo indicado no texto e na bibliografia as fontes que utilizei.

Maputo, Agosto de 2025

Verona Salezia Matsinhe

DEDICATÓRIA

Esta dissertação é dedicada ao meu querido Pai, Carlitos Manuel Matsinhe (em memória) e ao meu Noivo Alcídio Celestino Cumbe, os quais foram uma força motriz incondicional para a realização desta formação, sem eles esta realidade não seria por nós vivida.

AGRADECIMENTOS

À Deus o meu mais profundo agradecimento por me guiar na caminhada da vida, por ser a minha maior certeza sobre todas as oportunidades e dificuldades vivenciadas até aqui.

De forma muito especial agradeço ao Prof. Doutor Carlos Cuinhane, o supervisor deste trabalho, que de forma muito sábia, conduziu a produção desta dissertação e contribuiu para me tornar uma profissional com ainda melhores habilidades, o meu muito obrigada. A todos professores do MSG-SAN que permitiram a transferência de conhecimentos tão valiosos para a minha vida académica e profissional.

Ao Governo do distrito de Magude, Secretaria e Serviços Distritais, em especial o SDAE pela recepção calorosa e por se disponibilizarem a acompanhar todo o processo de recolha de dados.

Os agradecimentos são extensivos aos actores chave, chefes dos postos, líderes comunitários e a todos agregados familiares abrangidos, que sem receio, acompanharam e partilharam informações de elevado valor para esta pesquisa.

À minha família, em especial ao o meu Pai Carlitos Matsinhe, minha melhor referência e suporte moral para a caminhada académica, quem nunca mediu esforços para que a sua família trilhasse os melhores caminhos, por acreditar sempre, até no potencial que nunca tive, comemorando cada etapa de formação que passei até esta data, como sempre falei, ele foi o meu maior fã, tenho a certeza que a destra do Senhor ele aplaude de pé esta nossa conquista. A minha querida mãe Ana Sainda, pelo suporte e amor incondicional, por acompanhar de perto as minhas batalhas e por ser a minha ajudadora sempre que necessário, por se doar as causas dos seus filhos, sempre, o meu muito obrigada. Aos meus irmãos Eulália das Rosas e Anacleto Matsinhe, pela companhia e apoio, por motivarem sempre e permitirem dias alegres mesmo em meio ao caos, o meu muito obrigada.

Ao meu Noivo, Alcídio Cumbe, por ser um especial enviado de Deus, para que eu me tornasse Mestre, por motivar, lutar comigo e por mim todos os dias, por ser minha luz nos dias mais sombrios, por ser o garante quando a escassez batesse a porta, por ir por mim quando eu não pudesse e com muita propriedade buscar soluções para qualquer obstáculo enfrentado nesta caminhada, o meu muito obrigada.

RESUMO

Esta pesquisa analisou o acesso à alimentação adequada entre os agregados familiares (AF's) que praticam a agricultura de subsistência no Distrito de Magude. Foi realizado um estudo misto, cuja componente qualitativa consistiu na administração de 40 entrevistas semiestruturadas aos chefes de AF's, 7 actores-chave e 10 discussões em grupos focais. A componente quantitativa consistiu na administração de um inquérito baseado em Questionários de Frequência Alimentar (QFA) para 242 chefes de AF's. Os dados qualitativos foram analisados na base da técnica de análise de conteúdo, enquanto que a análise descritiva foi usada para analisar os dados quantitativos. Os resultados da pesquisa mostraram que para os AF's a alimentação adequada significa consumir o que gostam, que consiste no consumo de maiores quantidades de carnes e industrializados e em maior frequência. Assim, os AF's têm a percepção de que a sua alimentação não é adequada porque apenas consomem o que a renda suporta. O consumo alimentar dos AF's é caracterizado pela ingestão de cereais, tubérculos e óleos refinados, havendo fraca inclusão de legumes, frutas e carnes, assim como o baixo fracionamento. A maior parte dos AF's realiza uma ou duas refeições por dia, apenas duas famílias conseguem realizar até três refeições ao dia. Os resultados mostram que os factores ambientais, as questões culturais, e o fraco acesso aos recursos financeiros influenciam negativamente as escolhas e conduta alimentar dos AF's e consequentemente no acesso à alimentação adequada.

PALAVRAS-CHAVE: Acessibilidade dos alimentos, alimentação adequada, agregados familiares

ABSTRACT

This research analyzed access to adequate food among households (HHs) practicing subsistence farming in the Magude District. A mixed-method study was conducted, the qualitative component of which consisted of 40 semi-structured interviews with HH heads, seven key stakeholders, and 10 focus group discussions. The quantitative component consisted of administering a survey based on Food Frequency Questionnaires (FFQ) to 242 HH heads. The qualitative data were analyzed using content analysis, while descriptive analysis was used to analyze the quantitative data. The research results showed that for HHs, adequate nutrition means eating what they like, which consists of consuming larger quantities of meat and processed foods more frequently. Thus, HHs perceive their diet as inadequate because they only consume what their income allows. The food consumption of AFs is characterized by the ingestion of cereals, tubers and refined oils, with low inclusion of vegetables, fruits and meats, as well as low fractionation. Most households eat one or two meals a day, with only two families managing up to three meals a day. The results show that environmental factors, cultural issues, and limited access to financial resources negatively influence households' eating habits and choices, and consequently, their access to adequate food.

KEYWORDS: Accessibility and access to food, adequate nutrition.

ABREVIATURAS E ACRÓNIMOS

AF's	Agregados Familiares
AMDEC	Associação para o Desenvolvimento Concertado
ATAP	Associação dos Técnicos Agro-Pecuários
DC	Desnutrição Crónica
DRI's	Ingestões Dietéticas Recomendadas (<i>traduzido do ingles</i>)
ECMSC	Estratégia de Comunicação para a Mudança Social e de Comportamento
ENAI	Estratégia Nacional de Alimentação Infantil
ESAN	Estratégia de Segurança Alimentar e Nutricional
FAO	Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação
GF	Grupo Focal
Ha	Hectar
IDS	Inquerito Demográfico e de Saúde
INE	Instituto Nacional de Estatística
InSAN	Insegurança Alimentar e Nutricional
IOF	Inquérito sobre o Orçamento Familiar
IPC	Integrated Food Security Phase Classification
MASA	Ministério da Agricultura e Segurança Alimentar
MINAG	Ministério da Agricultura
MISAU	Ministério da Saúde
Mzn	Metical
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONG	Organização Não Governamental
OSC	Organização da Sociedade Civil
PA	Posto Administrativo
PARPA	Plano de Acção para a Redução da Pobreza Absoluta
PASAN	Plano de Acção de Segurança Alimentar e Nutricional
PEDSA	Plano Estratégico do Sector da Agricultura
PQG	Plano Quinquenal do Governo
PRONAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar
QFA	Questionário de Frequência Alimentar
ROSA	Rede de Organizações para a Soberania Alimentar
RSA	República Sul Africana
SAN	Segurança Alimentar

SDAE	Serviço Distrital de Actividades Económicas
SETSAN	Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
UEM	Universidade Eduardo Mondlane
UNAC	União nacional de Camponeses

ÍNDICE

DECLARAÇÃO DE HONRA.....	i
DEDICATÓRIA	ii
AGRADECIMENTOS	iii
RESUMO.....	iv
ABSTRACT.....	v
ABREVIATURAS E ACRÓNIMOS.....	vi
INTRODUÇÃO	11
Problema de pesquisa	12
Objectivo geral:.....	14
Objectivos específicos:.....	14
Justificativa.....	15
CAPÍTULO 1. REVISÃO DA LITERATURA.....	16
1.1. Contexto da acessibilidade aos alimentos para o consumo e adequação dietética....	16
1.2. Factores que influenciam acessibilidade á alimentação adequada.....	20
1.2.1. Factores biológicos	20
1.2.2. Factores económicos.....	21
1.2.3. Factores socio-antropológicos	21
CAPITULO 2. QUADRO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	24
2.1. Teoria de base	24
2.2. Conceptualização.....	25
2.2.1. Acesso aos alimentos	25
2.2.2. Alimentação adequada.....	26
CAPÍTULO 3. METODOLOGIA DE PESQUISA.....	29
3.1. Características do local de estudo	29

3.2. Tipo de estudo	31
3.3. População do estudo.....	31
3.3.1 Critérios de inclusão e de exclusão	32
3.4. Amostragem e amostra.....	32
3.4.1. Amostragem e amostra da pesquisa qualitativa.....	32
3.4.2. Amostragem e amostra da pesquisa quantitativa.....	34
3.5. Técnicas de recolha de dados	36
3.5.1. Técnica de recolha de dados da pesquisa qualitativa	36
3.6.2. Técnica de recolha de dados para a pesquisa quantitativa.....	38
3.6. Técnica de análise de dados	38
3.7. Considerações éticas	39
3.9. Problemas encontrados durante a pesquisa e soluções antecipadas	40
CAPÍTULO 4: APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	41
4.1. Características socio-demográficas.....	41
4.2. Conhecimentos e percepção dos AF's sobre a alimentação adequada.....	47
4.3. Práticas do consumo alimentar dos agregados familiares	52
4.3.1. Tipo de alimentos consumidos pelos AF's.....	52
4.3.2. Número de refeições realizadas diariamente	54
4.3.3. Grupos de alimentos consumidos	55
4.3.4. Principais tipos de preparações.....	58
4.3. Factores que influenciam a acessibilidade aos alimentos entre os AF's que praticam agricultura familiar de subsistência.....	66
4.2.2. Factores ambientais que influenciam o acesso e acessibilidade alimentar.....	68
4.2.2. Factores económicos.....	73
4.2.3. Factores socio-antropológicos	86
CONCLUSÃO	89
BIBLIOGRAFIA	91

ANEXOS	104
--------------	-----

Índice de figuras

Figura 1. Localização geográfica da área de pesquisa, distrito de Magude (INE, 2013).	30
---	----

Índice de gráficos

Gráfico 1. Proteínas (construtores) consumidas pelos AF's. ...	Error! Bookmark not defined.
--	-------------------------------------

Gráfico 2. Principais tipos de preparações empregues pelos AF's	Error! Bookmark not defined.
---	-------------------------------------

Grafico 3. Óleos e gorduras consumidos pelos AF's	Error! Bookmark not defined.
---	-------------------------------------

Índice de tabelas

Tabela 1. Amostra dos AF's por comunidade (pesquisa qualitativa).....	33
---	----

Tabela 2. Amostra para grupos focais.....	33
---	----

Tabela 3. Amostra dos actores-chaves.....	34
---	----

Tabela 4. Amostra dos AF's por posto administrativo (pesquisa quantitativa).....	36
--	----

Tabela 5. Dados socio-demográficos dos AF's entrevistados.....	41
--	----

Tabela 6. Dados socio-demográficos dos grupos focais.....	43
---	----

Tabela 7. Dados socio-demográficos dos AF's inqueridos	45
--	----

Tabela 8. Produção agrícola entre os anos 2022 a 2024 no distrito de Magude.....	67
--	----

Índice de quadros

Quadro 1. Indicadores de acesso aos alimentos e alimentação adequada.....	27
---	----

Quadro 2. Área da machamba e rendas dos AF's	74
--	----

Quadro 3. Renda e despesas alimentares	82
--	----

INTRODUÇÃO

O acesso a uma alimentação adequada e o direito de estar livre da fome são universalmente reconhecidos como direitos fundamentais de toda a pessoa, embora universalmente, estes direitos estejam longe da realidade de muitas pessoas em todo o mundo (Burity et. Al., 2010). Estima-se que em 2023, cerca de 757 milhões de pessoas podem ter enfrentado a fome, sendo uma em cada 11 pessoas no mundo, e uma em cada cinco em África (FAO, 2024). Embora tenha sido estabelecido como uma das metas do desenvolvimento do milénio que até 2015 se reduziria para a metade o número de pessoas sem acesso aos alimentos (*idem*). Os factores que influenciam a vulnerabilidade alimentar dos povos, incluem o difícil acesso aos alimentos associado aos conflitos, mudanças climáticas, desacelerações económicas e as recessões (*idem*).

Em Moçambique a taxa de pessoas subalimentadas é de 24%, cerca de 6.9 milhões de pessoas (IGF, 2018). Estima-se que cerca de 62.8% das famílias são consideradas pobres ou estão no seu limite em termos de diversificação da dieta e frequência de refeições e 59.1% das famílias não consegue ter uma dieta adequada no meio rural (INE, 2022). A fome e a consequente desnutrição fazem parte dos maiores problemas de saúde pública em Moçambique. O difícil acesso a alimentação adequada e ao saneamento do meio, constituem as principais causas da desnutrição infantil a qual afecta 38% das crianças menores de cinco anos no país (SETSAN, 2015; INE, 2024). A desnutrição afeta o desenvolvimento cognitivo das crianças, o que pode ter implicações para a prosperidade da sociedade. Esta condição, custa ao país cerca de 11% do Produto Interno Bruto (PIB) anualmente (FAO, 2018).

O actual Inquérito do Orçamento Familiar (2022) indica que o número de famílias com acesso precário a alimentação, reduziu entre os anos 2019 a 2021. Da análise comparativa dos dados de 2019 a 2021 o inquérito verificou a redução nas taxas de agregados familiares que deixaram de fazer alguma refeição (de 70,1% para 57,9%), que comeram menos do que acharam que deviam (de 72,2% para 63,6%), que já ficaram sem comida em casa (de 61,6% para 50,5%) e que ficaram um dia inteiro sem comer (de 28,9% para 16,4%) devido a inacessibilidade física, económica e social aos alimentos (INE, 2022).

Os Inquéritos sobre Orçamento Familiar (IOF) assim como outros estudos sobre o consumo alimentar em Moçambique, pouco observam sobre os indicadores da alimentação adequada para além da disponibilidade dos alimentos e da acessibilidade económica dos mesmos.

Neste contexto, pouco se sabe sobre o acesso à alimentação saudável, acessível física e financeiramente, assim como cultural ou étnica, religiosa e organolepticamente aceites pelos diversos grupos e indivíduos, assim como os factores que influenciam este acesso. Nesta perspectiva, esta pesquisa analisa o acesso à alimentação adequada nos cinco postos administrativos do distrito de Magude. Assim, o estudo identifica os factores que influenciam a acessibilidade aos alimentos entre os AF's que praticam agricultura familiar de subsistência, descreve o consumo alimentar dos membros dos agregados familiares e finalmente descreve a percepção dos AF's sobre a relação entre a acessibilidade dos alimentos e o acesso a alimentação e nutrição adequadas.

A pesquisa baseu-se num estudo misto, combinando as técnicas de pesquisa qualitativas e quantitativas para captar as opiniões, experiências e percepções dos agregados familiares sobre a acessibilidade alimentar e seu contributo no acesso a alimentação adequada, bem como o significado atribuído às suas vivências. Foi utilizada a teoria da estruturação de Giddens (2003) para o desenho, análise e interpretação dos resultados da pesquisa.

Problema de pesquisa

A produção de alimentos para consumo próprio é a base da estrutura produtiva do setor familiar em Moçambique (Miandica, 2023). Embora a agricultura familiar represente 80% da produção mundial e 75% dos produtores de alimentos, mais da metade da população afectada pela Insegurança Alimentar e Nutricional (InSAN) incluindo os agricultores familiares, especialmente produtores de subsistência, residem em áreas rurais de países em desenvolvimento como o caso de Moçambique (Associação para a Cooperação e o Desenvolvimento, 2014).

Em Moçambique, a província de Maputo, em particular o Distrito de Magude, apresentou o maior índice de insegurança alimentar, entre os períodos de 2019 a 2020 devido a baixa produção agrária (SETSAN, 2020). Embora entre 2019 a 2022 o número de famílias em situação de InSAN tenha reduzido de 12.738 para 8.094 AF's em crise alimentar no distrito

(IPC, 2020; IPC, 2023), os dados do IOF mostram que no mesmo período em análise, a percentagem de agregados familiares com difícil acesso aos alimentos devido a falta de dinheiro ou outros recursos aumentou de 2019 para 2022, de 79.8% para 88.5% da população do país, prevalecendo assim, a fome e suas consequências entre os AF's.

A InSAN cria várias consequências, tais como a fraca diversificação da dieta, baixo número de refeições diárias, a inadequação da dieta alimentar e a desnutrição infantil (Mosca, 2014). Até o ano de 2019, o país apresentava cerca de 1,648,646 pessoas enfrentando dificuldades no acesso aos alimentos, para satisfazer as necessidades alimentares aceitáveis, na mesma época cerca de 67,500 crianças menores de cinco anos viviam com desnutrição aguda, ou seja, necessitavam de tratamento clínico para a sua recuperação (IPC, 2020). Outra consequência da InSAN é a desnutrição crónica (DC), que resulta da ingestão inadequada dos alimentos (MINAG, 2011). Este tipo de desnutrição afecta 38% das crianças moçambicanas menores de cinco anos, sendo esta mais prevalente nas áreas rurais (INE, 2022).

Existem vários factores que causam a insegurança alimentar e nutricional em Moçambique, tais como a pobreza o acesso limitado aos alimentos, deficiente acesso a terra e insumos para a produção agrícola para o consumo ou comercialização e o conseqüente baixo nível de produtividade e de produção agrícola, o fraco poder de compra dos AFs, o acesso físico deficitário ao mercado nas zonas remotas, e ainda o fraco saneamento do meio e o restringido acesso à água potável (SETSAN, 2008; Abbas, 2017). A consequência destes factores traduz-se no acesso a uma dieta pobre, exclusivamente energética (consumo excessivo de cereais e tubérculos, óleos e gorduras), pois estas famílias têm falta de alimentos construtores como carnes, mariscos, vísceras, produtos lácteos e derivados e protectores como vegetais e frutas diversas (Hughes, 2020).

O governo moçambicano tem vindo a desenvolver várias acções por forma a reverter a InSAN e combater a fome e as suas consequências no país. Estas acções incluem programas de curto e longo prazos, como o caso do Programa Quinquenal do Governo (PQG), o Plano de Acção para a Redução da Pobreza Absoluta (PARPA II), o Plano de Acção Multisectorial para a Redução da Desnutrição Crónica (PAMRDC), o Plano Estratégico Nacional de Combate ao HIV/SIDA, Plano Estratégico para o Desenvolvimento do Sector Agrário (PEDSA), a Estratégia de Segurança Alimentar e Nutricional (ESAN) I,II e III sendo que esta última encontra-se em fase final de elaboração e as estratégias e programas sectoriais e, ou multisectoriais.

Apesar da existência e implementação destas estratégias, ainda persistem elevados índice de InSAN em Moçambique. Autores como, Abbas *et al.* (2020) e Mosca (2014) mostram que a disponibilidade dos alimentos parece não ser suficiente para os actores sociais terem uma dieta alimentar adequada. Desta forma, esta pesquisa procura analisar até que ponto a acessibilidade dos alimentos influencia na manutenção da alimentação adequada no padrão do consumo alimentar dos agregados familiares; como é que os alimentos são confeccionados e socialmente redistribuídos e, como esta prática influencia a InSAN dos membros dos agregados familiares? Assim, esta pesquisa será orientada pela seguinte pergunta de pesquisa:

- Até que ponto os agregados familiares que praticam agricultura familiar de subsistência no distrito de Magude têm acesso à alimentação adequada?

Objectivos

Objectivo geral:

- Analisar o acesso à alimentação adequada entre os agregados familiares que praticam agricultura de subsistência no Distrito de Magude, Província de Maputo.

Objectivos específicos:

- Identificar os factores que influenciam a acessibilidade aos alimentos entre os AF's que praticam agricultura familiar de subsistência;
- Descrever o consumo alimentar dos membros dos agregados familiares que praticam agricultura familiar de subsistência;
- Descrever a percepção dos AF's sobre o acesso à alimentação adequadas

Justificativa

Em Moçambique, 80% da força de trabalho é empregue no sector agrícola, dos quais cerca de 54% não tem capacidade económica de aceder a uma dieta que atenda às necessidades mínimas de nutrientes (Abbas, 2016), o que limita o acesso a uma dieta nutritiva e, conseqüente malnutrição nos indivíduos (União europeia, 2015).

De acordo com a FAO (FAO, 2018) a coexistência de fome, desnutrição, sobrepeso e outras conseqüências da insegurança alimentar nos países em desenvolvimento estão intimamente ligadas à falta de acesso a uma alimentação de qualidade que seja saudável e consiga fornecer os nutrientes necessários para a reprodução de uma vida activa e saudável. Em Moçambique, cerca de 38% das crianças menores de cinco anos de idade vivem com a desnutrição crónica e 6% com a desnutrição aguda, sendo que maior parte destas residem em zonas rurais (INE 2022), onde mais se pratica a agricultura de subsistência e com cerca de 70% das famílias pobres (Carilho, 2014).

Este estudo é pertinente na medida em que os resultados podem ajudar na compreensão da realidade alimentar quotidiana dos AF's rurais e o seu comportamento alimentar em épocas de abundância e carência, assim como as estratégias de resiliência dos mesmos. Espera-se igualmente, que os resultados do estudo contribuam para o debate social e político sobre a alimentação, agregando subsídios as diversas discussões sobre o acesso aos alimentos no país e a sua importância na manutenção de dietas equilibradas e assim, da saúde e bem-estar da população.

No âmbito científico, o estudo poderá galvanizar a realização de novas pesquisas na área alimentar a qual é de interesse nacional, pois entre os maiores problemas de saúde pública do país fazem parte a fome e desnutrição como conseqüência da alimentação não adequada.

Este trabalho está organizado em quatro capítulos: o primeiro capítulo apresenta a revisão de literatura, descrevendo abordagens e teorias sobre o acesso e acessibilidade a alimentação adequada. O segundo capítulo apresenta o quadro teórico e conceitual; o terceiro apresenta a metodologia da pesquisa e o último capítulo concentra-se na apresentação, análise, interpretação e discussão dos resultados.

CAPÍTULO 1. REVISÃO DA LITERATURA

Este capítulo apresenta a revisão da literatura, analisa o contexto do acesso a alimentação adequada, factores que influenciam a acessibilidade aos alimentos e as suas diferentes abordagens bem como sobre a relação entre a acessibilidade e realização da alimentação adequada.

1.1. Contexto da acessibilidade aos alimentos para o consumo e adequação dietética

A história da alimentação e nutrição ocorre paralelamente à história da humanidade. Ao surgir no planeta, o homem colectava e caçava na natureza, os alimentos para o seu consumo, mantendo assim um padrão alimentar caracterizado pela ingestão de alimentos naturais, vegetais e frutas diversas assim como carnes brancas. Mais tarde, este iniciou a prática da agricultura e pastorícia para a sua subsistência em terras próprias e passou a consumir os cereais integrais e outros alimentos pouco ou não processados (Kopruszynski e Marin, 2012).

O desenvolvimento da agricultura marcou o início real da civilização (Santana, 2019). Contudo, este facto não eliminou a fome. Por volta do século XVIII a fome ameaçou vários países do mundo, mas o avanço da ciência possibilitou o desenvolvimento de tecnologias para aumentar a produção de alimentos e reduzir o impacto da fome (Mardegan, 2014). Todavia, foi no contexto da Primeira Guerra Mundial (1914-1918) que a Europa começou a utilizar o termo Segurança Alimentar, entendendo-a como a capacidade de cada país produzir sua própria alimentação, de forma a não ficar vulnerável a possíveis embargos, cercos ou boicotes devido a razões políticas ou militares, mas nem todos os países tiveram capacidade de produzir o suficiente para a sua sustentabilidade (Abrandh, 2013).

A prevalência da fome após a segunda guerra mundial levou vários países a implementar a revolução verde como estratégia para o aumento da produção agrícola, mas os desafios prevaleceram devido a falta de acesso a terra para produção ou da renda para comprar alimentos (Abrandh, 2013; Sousa et al., 2017).

Ainda no século XVIII, a revolução industrial provocou transformações profundas e radicais na sociedade inclusive na alimentação dos povos. Nesta época, aumentava a população nas cidades, aumentando-se assim o raio entre as lavouras e os consumidores. Nesse processo, os alimentos não processados e frescos foram cedendo espaço no comércio e na mesa das pessoas, aos produtos alimentares que podiam ser transportados com maior facilidade e que duravam

mais tempo, sendo neste contexto em que a indústria de alimentos passa a desenvolver técnicas de conservação dos alimentos, pelo uso de conservantes e outros métodos que garantissem o aumento da vida útil do alimento (Silva & Saraiva, 2018).

A era revolucionária não apenas propiciou o aumento do consumo de alimentos processados, como também ocasionou a escassez de alimentos frescos para o consumo, mas também favoreceu o incremento dos custos para a aquisição dos mesmos. Nesta era, o estilo de vida dos povos alterou, estes passaram a ser mais sedentários, reduziram o consumo dos alimentos naturais e as refeições passaram a incluir alimentos processados e ultra processados, tendo eclodido nesta época várias doenças (Barbosa, 2008; Silva & Saraiva, 2018).

Nos finais do século XIX, cientistas como Lavoisier e Laplace entendiam que a manutenção da vida humana, era apenas dependente da energia advinda dos alimentos ingeridos, sendo que para tal, seria necessário conhecer, apenas calculando as despesas que cada organismo humano gastasse diariamente (Lima, 2009).

Com a descoberta da vitamina em 1911 por Casimiri Funk, percebe-se que várias doenças da época eram causadas por deficiências nutricionais, assim passou-se a entender que para a manutenção de um ótimo estado de saúde em geral, deviam ser introduzidas no organismo humano vitaminas essenciais a sua sobrevivência, através de uma alimentação adequada (Lima, 2009).

Em 1916 Caroline Hunt cria o primeiro guia alimentar, instrumento usado para a educação nutricional de populações, por forma a garantir a saúde pública, traduzindo recomendações de uma dieta saudável em mensagens chave, baseadas em termos compreensíveis, simples e claros para a maioria dos consumidores e indicando as modificações necessárias nos padrões alimentares (Barbosa et al, 2017; Barbosa et al,2008).

Em 1941 foi criado o guia alimentar denominado *Basic Seven Food Guide*, devido a escassez de alimentos sentida no contexto da II guerra mundial (Andrade, 2016). O guia tinha como objectivo sugerir substituições alimentares em caso de escassez de alimentos, recomendar alimentos económicos durante a recessão, porém era muito complexo e ainda faltavam as respectivas porções dos alimentos, mais tarde outros guias alimentares foram publicados, focando os problemas alimentares sentidos pelos países em diversas épocas (Barbosa et al. 2017).

Com a criação da Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), na década 50 do sec. XX, a questão sobre o acesso das pessoas aos alimentos necessários à sua sobrevivência enquanto precursor da SAN e bem-estar, passou a ser fortemente discutida, (Sousa et al, 2017).

No início dos anos 80 reconheceu-se que acessibilidade social e económica aos alimentos devia estar acompanhada da garantia da estabilidade desses alimentos. Entre os anos 80 a 90 no contexto das declarações da Conferência Internacional de Nutrição realizada em 1992 em Roma pela FAO e pela Organização Mundial da Saúde (OMS), concluiu-se que para além dos pilares acima mencionados, a qualidade dos alimentos e a segurança sanitária dos mesmos também deviam ser consideradas para a garantia da SAN. Em 1993 na Conferência Internacional de Direitos Humanos, realizada em Viena, assim como em 1996 na Cúpula Mundial da Alimentação, realizada em Roma, organizada pela FAO concluiu-se que Direito Humano a Alimentação Adequada é um direito humano universal a ser respeitado (Abrandh, 2013; Mardegan, 2014).

Em 2000 foi criado o guia alimentar para americanos denominado *Dietary Reference Intake* (DRI), que consiste numa base para a criação de vários guias alimentares mundiais (Barbosa et al. 2017). As DRIs traduzidas como Ingestão Dietética de Referência (IDRs), são valores de referência para a ingestão de nutrientes de indivíduos saudáveis, cujo objectivo é a prevenção de deficiências nutricionais como também a diminuição do risco de doenças crónicas não transmissíveis. Além disso, as IDR's também fornecem limites superiores para a ingestão de nutrientes, de forma a prevenir os riscos de efeitos adversos pela ingestão excessiva (Barbosa et al. 2017).

Vários países incluindo africanos iniciaram o processo de elaboração de directrises da alimentação da população após a publicação das orientações da OMS para a elaboração de guias alimentares em 1996, como o caso da Nigéria que criou o seu primeiro guia alimentar em 2000 o qual consistia em uma piramide com cinco grupos alimentares. Na África Subsariana, o primeiro país a introduzir o guia alimentar foi a África do Sul em 1999, o qual resumia-se em uma roda com sete grupos alimentares (Ainuson-Quampah, 2022).

Em Moçambique ainda não foi produzido o guia alimentar, porém existe uma directriz de alimentação saudável em uso. Esta directriz foi elaborada pelo Ministério da Saúde (MISAU) em 1992 e consiste num cartaz conhecido como “A Nossa Alimentação” ou “Roda dos

alimentos”. Este instrumento foi desenvolvido para auxiliar a população a fazer as escolhas alimentares adequadas e saudáveis. O guia alimentar subdivide em quatro principais grupos os alimentos habitualmente consumidos pelas diferentes etnias nacionais, nomeadamente, alimentos contrutores, alimentos protectores, alimentos de base e alimentos de energia concentrada. O cartaz indica que os grupos de alimentos complementam-se, sendo necessário o seu consumo diário, estando igualmente incluídos no instrumento a recomendação sobre a hidratação e prática de actividade física (MISAU, 2020).

Estima-se que em 2020, entre 720 milhões e 811 milhões de pessoas passaram fome em todo o mundo e a maioria das pessoas nesta condição localizam-se nos pontos mais pobres do planeta, em especial na África, alguns países da Ásia e da América Latina (Maluf et. al, 2002; FAO, 2021). Do total de 811 milhões de pessoas, mais de 118 milhões destas começaram a passar fome em 2019 em razão da pandemia da Covid-19 (FAO, 2021).

De acordo com as as Nações Unidas, 257 milhões de pessoas passam fome no continente africano. Destas, 237 vivem na África Subsaariana e 20 milhões no norte do continente. Alguns fatores que contribuem para a fome na África subsaariana são, o aumento do custo de vida, aumento da dívida pública, vulnerabilidade à mudança climática, dependência da importação de alimentos, intervenção excessiva do governo (ONU, 2023). O mesmo relatório da ONU indica que, entre os lusófonos, a maior prevalência da InSAN foi observada em Moçambique com 30%, a Guiné-Bissau tem 26%, Angola 12,9%, Cabo Verde 12,3% e São Tomé e Príncipe 10,2%. Moçambique é considerada uma das nações mais afetadas pelos choques climáticos, que em 2016 criaram déficits excepcionais de produção e a falta generalizada de acesso a alimentos (ONU, 2023).

Apesar do seu grande potencial, Moçambique continua a enfrentar consideráveis desafios de desenvolvimento, com níveis de pobreza e de desigualdade que estão entre os mais elevados do mundo e da região, a taxa nacional de pobreza aumentou de 48,4% em 2015 para 74.4 em 2023. Até 2020, cerca de 1.6 milhões de pessoas encontravam-se em situação de InSAN, sendo que nas áreas rurais de Maputo, Inhambane, Manica, Nampula e Niassa, uma a cada três famílias vivia em situação de crise alimentar. O país tinha ainda nesta a época, cerca de 67.500 crianças com desnutrição aguda (SETSAN, 2020). O inquérito sobre Orçamento Familiar (IOF) de 2020, indica que 38% das crianças menores de cinco anos estão cronicamente desnutridas e que 16.5% destas apresentam a forma mais grave da doença (INE, 2020).

A deficiente capacidade económica para a aquisição permanente de alimentos devido a pobreza, condiciona as famílias moçambicanas a simplificarem as suas refeições, caracterizando-as pela realização de dietas exclusivamente energética (consumo excessivo de cereais e tubérculos, óleos e gorduras) pois, estas não podem pagar por uma dieta nutritiva que atendam às necessidades mínimas de nutrientes, as quais, para além dos alimentos energéticos de base inclua igualmente os alimentos construtores como carnes, mariscos, vísceras, produtos lácteos e derivados e protectores como vegetais e frutas diversas (Hughes, 2020).

1.2. Factores que influenciam acessibilidade á alimentação adequada

Existem vários factores que influenciam a acessibilidade dos alimentos assim como a alimentação das famílias e indivíduos. Estes factores estão associados a abordagens biológica, económica e sócio-antropológica.

1.2.1. Factores biológicos

Os factores biológicos estão relacionados à abordagem biológica, que advoga que a escolha dos alimentos para o consumo é directamente influenciada pelos determinantes biológicos, os quais são subdivididos em componentes fisiológicos, patológicos e genéticos, sendo que os dois primeiros componentes são conferidos pelas necessidades energéticas e de nutrientes para a manutenção do metabolismo orgânico (Jomori *et al.* 2008 & Isabel, 2010). Por sua vez o componente genético é um determinante que pode actuar sobre a sensibilidade gustativa, portanto o sexo, a fase da vida, a sensibilidade sensorial às substâncias específicas e a palatibilidade, são considerados determinantes biológicos para o acesso aos alimentos (Jomori *et al.* 2008).

A abordagem biológica, defende que os indivíduos acedem aos alimentos de acordo com as características organolépticas e sensoriais que estes apresentem, assim como pela sua capacidade de saciar a fome (Jomori *et al.*, 2008). Rodrigues (2012), reforça este posicionamento, afirmando que a alimentação adequada ocorre quando os indivíduos ou AF's acedem a alimentos que ofereçam quantidades de nutrientes e calorias necessárias para prevenir deficiências e excessos nutricionais, devendo ser equilibrada em nutrientes e segura no aspecto higiénico. Ademais, esta abordagem realça que a manutenção da vida humana está dependente do cumprimento das quatro leis da alimentação (Escudeiro, 1938), que são: lei da quantidade, qualidade, harmonia e adequação (Rodrigues 2012; Gomes 2014;).

1.2.2. Factores económicos

A inacessibilidade do mercado alimentar para o abastecimento dos produtos por parte dos agricultores locais, ocasiona por um lado a baixa renda para os agricultores e por outro lado a fraca capacidade de alcance físico aos alimentos pelos indivíduos, AF's ou comunidades, (Maluf *et. al.* 2002; Sakyi 2012). O mercado exerce elevada influência na capacidade de aquisição dos alimentos por parte dos AF's ou indivíduos, pois primeiro é necessário que os alimentos estejam disponíveis no mercado para venda, e segundo, é importante que as famílias tenham rendimento suficiente para adquiri-los (Abbas, 2017; SETSAN, 2015).

Maluf *et al.* (2002) indica a pobreza, a ocorrência de guerras e conflitos armados e os embargos impostos aos países como principais factores que influenciam na inacessibilidade regular a uma alimentação adequada, dando origem aos fenómenos da fome e da desnutrição. Esta abordagem económica defende que o acesso e a disponibilidade aos alimentos adequados no AF dependem da renda familiar, a ocorrência de restrições monetárias, torna a dieta familiar monótona e com pouca variedade de alimentos (Estima *et. al.*, 2009). Para Lima *et. al.* (1989), o aumento da renda familiar é directamente proporcional a melhora progressiva da adequação nutricional da cesta básica por esta consumida. A renda garante a melhoria qualitativa da dieta alimentar, portanto para a superação da fome cabe aos estados desenhar e implementar acções e intervenções efectivas, tais como: distribuição mais justa dos bens socialmente produzidos.

1.2.3. Factores socio-antropológicos

Os defensores dos factores socio-antropológica mostram que os seres humanos não comemos apenas quantidades de nutrientes e calorias para manter o funcionamento corporal em nível adequado, pois o comer envolve selecção, escolhas, ocasiões e rituais, a realização da sociabilidade, materialização de ideias e significados, com as interpretações de experiências e situações. Os autores defendem que para serem comidos, ou comestíveis, os alimentos precisam ser elegíveis, preferidos, seleccionados e preparados ou processados pela culinária, e tudo isso é matéria cultural (Canesqui & Garcia, 2005).

As escolhas alimentares durante o processo de aquisição dos alimentos seja pela produção própria ou compra são influenciados pela necessidade vital, mas também conforme o meio e a sociedade em que vivemos, a forma como ela se organiza e se estrutura, produz e distribui os alimentos, a demais o acesso aos alimentos realiza-se de acordo com a distribuição da riqueza na sociedade, os grupos e classes de pertença, marcados por diferenças, hierarquias, estilos e

modos de comer, representações colectivas, imaginárias e crenças, (Lima, 2015). Jomori et al (2008) acrescentam concordando com Lima (2015), afirmando que o acto alimentar se desenrola de acordo com regras impostas pela sociedade, influenciando a escolha alimentar. Tais regras incluem a forma de preparo dos alimentos, o empratamento, os rituais a volta das refeições como, por exemplo, os modos e as posições das pessoas à mesa, a divisão da comida entre os indivíduos, os horários estipulados, entre outros, sendo que todas estas características representam a simbologias a volta da alimentação.

O consumo alimentar é determinado pelas crenças e pelos costumes alimentares dos povos, pelos aspectos religiosos em torno dos tabus, pelas preferências e repulsas alimentares, pelos rituais sagrados ou profanos que acompanham a comensalidade, pelo simbolismo da comida, pelas classificações alimentares (Canesqui & Garcia, 2005). Burity et. al (2010) reforçam este posicionamento afirmando que para que os indivíduos tenham uma alimentação adequada é necessário que sejam respeitados os valores associados a preparação e consumo dos alimentos assim como devem ser consideradas as questões religiosas, étnicas e às peculiaridades dos diversos grupos e indivíduos.

As normas culturais determinam que tipo de alimentos específicos podem ser servidos às crianças, mulheres e homens e, igualmente o que uma pessoa pode ou não comer em casa ou em ambientes extra familiares como em cerimónias dentro das comunidades, como casamentos ou funerais, portanto há consenso sobre a fato de que os indivíduos do sexo masculino são frequentemente favorecidos por estas normas culturais, em quantidade ou qualidade de alimentos, o que pode afectar negativamente o consumo alimentar das crianças e mulheres nos AF's, (Owino, 2019).

Esta literatura agrega elevado valor na compreensão do fenómeno alimentar, sobretudo no reconhecimento de que para se entender a relação entre acesso e realização da alimentação adequada, há necessidade de basear-se em uma perspectiva multi-actores, na qual seria difícil desvalorizar a importância que cada uma das abordagens apresenta na compreensão do fenómeno.

Neste contexto, esta pesquisa baseou-se na perspectiva multi-actores para a discussão da relação entre acesso e realização da alimentação adequada, reconhecendo a interligação entre as abordagens apresentadas anteriormente, porém deu-se maior atenção a abordagem economicista, uma vez que a pobreza é repetidas vezes apontada como a principal causa da

fome em Moçambique, o que é possível verificar no último inquérito demográfico e de saúde de 2023, nos relatórios de avaliação da SAN pelo SETSAN de 2014; 2017 e 2020 e nos inquéritos sobre orçamento familiar de 2020 e 2022 (INE, 2024; SETSAN,2015; SETSAN, 2018; SETSAN, 2021; INE, 2021, INE, 2023).

CAPÍTULO 2. QUADRO TEÓRICO CONCEPTUAL

Este capítulo apresenta a teoria de base para a pesquisa, assim como os principais conceitos da mesma, analisando os indicadores e sub-indicadores destes conceitos.

2.1. Teoria de base

Este trabalho orientou-se na base teórica da teoria de estruturação de Anthony Giddens (2003), apresentado no livro intitulado “A constituição da Sociedade”. A teoria de estruturação de Giddens surge como crítica ao funcionalismo e ao estruturalismo tradicional de Marx e Durkheim. A teoria versa sobre a interacção do sujeito, o meio e os grupos sociais em que possa estar inserido, analisando suas práticas sociais no tempo e no espaço e os condicionantes de suas escolhas (Giddens, 2003).

A teoria de Giddens tende a fazer fusão entre a estrutura e acção humana, pois para este autor existe uma interdependência entre o indivíduo e a sociedade. Giddens refuta o posicionamento do social como extrínseco ao ser humano e suas acções, e de que a acção humana é apenas dependente da livre iniciativa (Giddens, 2003). A proposta do autor é de que a conduta humana rotineira é que condiciona a sociedade e suas transformações, refutando o posicionamento de Durkheim sobre a necessidade de influência externa ou da acção colectiva para as dinâmicas sociais.

Para Giddens (2003), os indivíduos ocupam uma posição privilegiada na estrutura, pois estes actuam dentro do sistema dotados de autonomia coerciva, podendo agir como indivíduo ou colectividade, influenciando sobre o futuro das relações sociais, sendo que o resultado de suas decisões e acções recai sobre si mesmo. Assim, na perspectiva do autor, as características do social influem sobre o comportamento e *modos vivendi* dos humanos, reconhecendo que em sociedade determinados agentes condicionam a conduta dos outros manipulando meios e recursos.

Para este autor, a manipulação dos meios e recursos usada como forma de controlo de conduta dos indivíduos tem gerado assimetrias de acesso que são características relevantes em sociedades estruturadas em classes (Giddens, 2003). Tal manipulação de meios e recursos é consequência das relações de poder expressas dentro das sociedades e pressupõe a existência de estruturas de dominação. O autor entende que o poder exercido por uns indivíduos sobre os outros não é como tal, um obstáculo à liberdade ou emancipação, mas o seu próprio veículo

(Giddens, 2003). No campo de análise sobre a alimentação, Giddens defende que a forma como os alimentos são adquiridos nas sociedades modernas, apresentam veículos para o empobrecimento dos indivíduos, pois o acesso aos alimentos está dependente das capacidades produtivas, quantidades armazenadas e sobretudo da aplicação de taxas flutuantes, para a aquisição destes produtos.

Contrariamente a modernidade, o autor advoga que os caçadores e colectores dispunham de poucos meios de armazenamento de viveiros e outros requisitos materiais, e utilizavam armazém gratuito da natureza para prover suas necessidades o ano inteiro. Eles dependiam de uma forma muito imediata da generosidade da natureza, um facto que não implica necessariamente o empobrecimento (Giddens, 2003). Assim, o autor entende que no capitalismo moderno, a compra e venda de bens manufacturados é tão fundamental para a existência social, gerando desigualdades no acesso entre os indivíduos e ainda reconhece tais normas como sendo obra dos próprios indivíduos, tal como abordado nos factores económicos que influenciam o acesso a alimentação adequada.

Esta teoria é relevante para a pesquisa, pois pode ajudar a analisar os factores que influenciam o acesso a alimentação, como as relações sociais influenciam no acto alimentar, e como os recursos económicos, sociais, culturais e de acesso ao poder influenciam no acesso de alimentação adequada, pois a aquisição dos alimentos, a forma como são preparados e distribuídos dentro do AF, resulta das relações sociais no seio familiar e as condições socioeconómicas para o acesso aos alimentos.

2.2. Conceptualização

Os principais conceitos usados na pesquisa são: acesso aos alimentos e alimentação adequada. Estes conceitos são definidos e discutidos nesta subsecção. Após a definição, apresenta-se as dimensões e os indicadores de cada conceito.

Acesso aos alimentos

O acesso a alimentos assegura-se quando todas as famílias e todos os membros dessas famílias têm recursos suficientes para obter alimentos apropriados, de maneira socialmente aceitável seja através da produção, compra ou doação, de modo que tenham uma alimentação adequada (Hanson, 2013; Mardegan, 2014). A segurança alimentar está intrinsecamente relacionada com a garantia de acessibilidade física e económica de todos e de forma permanente a quantidades suficientes de alimentos de qualidade (Burityet al, 2010).

A acessibilidade ao alimento pressupõe acessibilidade tanto económica como física (Burity, 2010 e Alabrese, 2019). O acesso físico que é uma dimensão logística que requer que o alimento esteja disponível onde as pessoas possam realmente alcançá-lo (Alabrese, 2019). Burity *et al.* (2010), refere que a alimentação deve ser acessível a todos: lactentes, crianças, idosos (as), deficientes físicos, doentes terminais ou pessoas com problemas de saúde, presos (as), entre outros. A alimentação também deve estar acessível às pessoas que vivem em áreas de difícil acesso, vítimas de desastres naturais ou provocados pelo homem, vítimas de conflitos armados e guerras e aos povos indígenas e outros grupos em situação de vulnerabilidade. A acessibilidade económica implica que as pessoas tenham a capacidade financeira de adquirir regularmente alimentos adequados (Alabrese, 2019). Burity *et al.* (2010) acrescenta que a acessibilidade económica pressupõe o acesso aos recursos necessários para a obtenção de alimentos para uma alimentação adequada com regularidade durante todo o ano.

Alimentação adequada

Nas ciências de Nutrição, a alimentação adequada consiste na ingestão de alimentos e ou a realização de refeições que respeitem quatro leis principais da alimentação que são, a qualidade, quantidade, harmonia e adequação (Lima, 2009; Savio, 2014). Pedro Escudeiro, fundador destas leis básicas da alimentação adequada, define a quantidade como a suficiência calórica da ração alimentar necessária para repor as perdas energéticas do organismo; a qualidade como a variabilidade de alimentos e o seu teor de nutrientes; a harmonia como a proporcionalidade entre os nutrientes e o valor calórico total; e finalmente, a adequação como o respeito à individualidade (Savio, 2014).

De acordo com o MISAU (2010), a alimentação adequada realiza-se quando o indivíduo ingere diariamente alimentos de quatro grupos principais, sendo os alimentos de base, os construtores, protectores e os de energia concentrada. Para esta instituição, em todas as faixas etárias incluindo na alimentação infantil, desde que se tenha iniciado a alimentação complementar, a alimentação adequada inclui a realização de pelo menos três refeições ao dia, nas quais devem ser incluídas no mínimo um alimento de cada um dos grupos alimentares, nas diferentes refeições realizadas ao longo do dia.

Freitas (2017) e Schottz, (2014) reconhecem a alimentação adequada como a materialização de práticas alimentares que respeitem não apenas os aspectos biológicos, mas também os sociais dos indivíduos. Para estes, a alimentação adequada deve atender aos princípios da

variedade, equilíbrio, moderação e prazer, assim como às dimensões de género e etnia. Burity *et al.* (2010) corroborando com este posicionamento afirma que a alimentação adequada inclui valores associados à preparação e ao consumo de alimentos, implicando o acesso a alimentos saudáveis que tenham como atributos a acessibilidade física e financeira, sabor, variedade, cor, bem como aceitabilidade cultural como, por exemplo, respeito a questões religiosas, étnicas e às peculiaridades dos diversos grupos e indivíduos. Assim, fica evidente que a alimentação adequada vai além da ingestão de alimentos nutritivos pois diz respeito também a como alimentos são combinados entre si e preparados, a características do modo de comer e às dimensões culturais e sociais das práticas alimentares, sendo que todos esses aspectos influenciam a saúde e o bem-estar (Alves & Cunha, 2020).

Quadro 1. Indicadores de acesso aos alimentos e alimentação adequada

Conceito	Dimensões	Indicadores	Sub-indicadores
Acesso aos alimentos	Acesso físico	Existência de alimentos para o consumo	AF e indivíduos conseguem alimentos para o consumo nas suas plantações.
			AF e indivíduos conseguem alimentos através de trocas.
			AF e indivíduos compram os alimentos que consomem.
	Acesso económico	Capacidade de compra do AF	Renda do AF
			Quantidade de alimentos comprados pelo AF
			Possibilidade do AF de aquisição de no mínimo uma cesta alimentar básica
	Acesso social	Normas de priorização de consumo alimentar dentro do AF	Existência de ordem de distribuição das refeições no AF (quem deve ser o primeiro e o último a receber o alimento).

		Normas de controlo de consumo alimentar por idade, género ou religião. Mitos e tabus sobre a alimentação	Aplicação de proibições na ingestão de determinados alimentos para certas idades, género ou religiões. Alimentos permitidos a apenas um ou alguns membros do AF (devido a idade, género ou posição que ocupa no AF)
Alimentação adequada	Nutricional	Quantidade	Realização de no mínimo três refeições diárias
			Consumo de pelo menos um alimento de cada grupo dos alimentos do guia alimentar em todas as refeições.
		Qualidade	Higiene dos alimentos, incluindo da água e utensílios usados
	Consumo frequente de alimentos frescos e pouco processados Baixo consumo de alimentos ou condimentos industrializados		
Harmonia	Consumo dos quatro grupos dos alimentos (Construtores, protectores, alimentos de base e de energia concentrada) em todas as refeições diárias		
	Cultural	Adequação do consumo alimentar	Realização de refeições culturalmente aceites e apreciáveis.

CAPÍTULO 3. METODOLOGIA DE PESQUISA

Este capítulo descreve o método de pesquisa escolhido e os instrumentos utilizados para a colecta e análise de dados. A pesquisa emprega o método misto que permite uma análise abrangente e aprofundada dos fenómenos investigados. Para atingir os objectivos recorreu-se a revisão bibliográfica, entrevistas semi-estruturadas e observação para a componente qualitativa e usou-se o QFA na componente quantitativa.

3.1. Características do local de estudo

Este estudo foi realizado na Província de Maputo, concretamente no distrito de Magude. O distrito de Magude está localizado na parte Norte de Província de Maputo, situa-se entre os paralelos 26° 02' 00" de latitude Sul e entre 32° 17' 00" de longitude Este. Magude confina a Norte com os distritos de Chókwe e Bilene Macia da província de Gaza, a Sul com a Moamba, a Este com a Manhiça e a Oeste com a República da África do Sul. A superfície do distrito é de 6,961 Km², com uma população de 59,162 habitantes cuja densidade populacional apresenta-se bastante baixa de 8.5hab/km². O clima do distrito é subtropical seco, apresenta uma temperatura média anual de 23.7 °C e uma pluviosidade média mensal de 52.7mm, predominando duas estações no ano, a quente e de pluviosidade elevada e a fresca e seca, ambas com a duração de seis meses (INE, 2013). O distrito é subdividido em cinco postos administrativos (PA's), nomeadamente Magude-sede, Panjane, Motaze, Mahele e Mapulanguene (INE, 2013;2017).

O distrito de Magude possui 49% da população jovem e é predominantemente ocupado por famílias de tipo sociológico alargado (44%), isto é, com um ou mais parentes para além de filhos, em média cada AF é de três a cinco membros. Maior número das famílias Magude (34.8%) é cristão, congregando na igreja Zione (INE, 2013; 2017). A língua materna mais falada no distrito é o Xichangana. Contudo, estima-se que 41% da população com mais de cinco anos de idade tem conhecimento da língua portuguesa, embora esta seja maioritariamente dominada pelos homens uma vez que estes são os mais inseridos na vida escolar e no mercado de trabalho. Ademais, a taxa de analfabetismo da região é de 73.4% sendo mais alta entre as mulheres atingindo os 86% (INE, 2013; INE, 2017). O distrito conta com 248 escolas sendo que 101 são do ensino primário e as restantes do ensino secundário. Outrossim, o distrito tem 82 unidades sanitárias das quais 70 são centros de saúde (todos com maternidade e com 1246 camas para internamento) e 12 Postos de saúde (INE, 2017).

Parte significativa dos AF's habita em residências de construção precária, geralmente em palhotas de caniço, com pavimento de terra batida e cobertasporchapas de zinco. No distrito, as condições de habitação e saneamento do meio, distribuição de energia eléctrica e de água potável são ainda mais precárias, as residências são cobertas de capim ou colmo e as mesmas não apresentam latrinas, situação contrária no posto administrativo (PA) de Magude-Sede, onde verificam-se residências de alvenaria, maior distribuição da rede eléctrica e de água potável (INE, 2005; INE, 2013).

O distrito de Magude é o 2º maior produtor de gado a nível da província de Maputo. A prática da agricultura de subsistência é igualmente predominante, sendo realizada em regime de sequeiro, em parcelas com menos de 1 ha, onde produz-se com frequência o milho, amendoim, feijões, mandioca, gergelim, entre outras culturas (INE, 2005; INE, 2013).

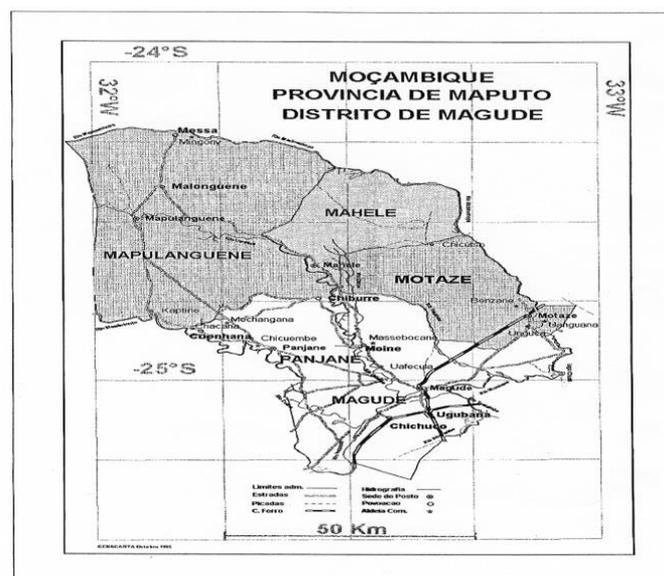


Figura 1. Localização geográfica da área de pesquisa, distrito de Magude (INE, 2013).

No ano 2019, a nível da província de Maputo o distrito de Magude, apresentou famílias em situação de InSAN até o terceiro nível de vulnerabilidade, ou seja o nível de crise alimentar (IPC, 2019). A escolha do distrito de Magude prende-se com o facto de que nos dois últimos estudos sobre a situação de SAN no país, o distrito encontrava-se entre os três distritos com os mais elevados índices de InSAN na Província de Maputo, (SETSAN, 2017). No ano 2019 o distrito apresentou maior número de famílias em situação de InSAN a nível da província de Maputo, com cerca de 12.738 famílias em situação de crise alimentar (IPC, 2019).

No período pós colheita 2022 - 2023, 32.378 famílias apresentavam um consumo alimentar minimamente adequado, uma vez que realizavam as mínimas três refeições diárias, embora estivessem incapacitados de custear algumas despesas alimentares essenciais, sendo que para tal estes AF's implementavam estratégias adaptação ao estresse. Ademais, 8.094 AF's encontravam-se em situação de crise alimentar caracterizada pelo défice alimentar e ainda pela satisfação mínima e marginal das necessidades alimentares mediante o esgotamento dos bens essenciais ao sustento (SETSAN, 2023).

3.2. Tipo de estudo

O estudo é do tipo genérico misto, o qual utiliza técnicas de mais de um método de pesquisa para a colecta de dados (Neergaard et al., 2009; Kahlke, 2014). Assim, o estudo misto consistiu no uso de métodos qualitativo e quantitativo para obter dados numéricos assim como dados qualitativos para analisar os factores que influenciam a acessibilidade à alimentação adequada no distrito de Magde (Creswell, 2017). As técnicas do método qualitativo permitiram colectar dados sobre o acesso e percepção da alimentação adequada no distrito de Magde, interpretando-o segundo as perspectivas dos agregados familiares abrangidos, colecta de dados sobre experiências vividas e subjectivas das pessoas, os significados que elas atribuem aos fatos sobre o objecto de estudo trazendo á luz de modo diferenciado as manifestações que ocorrem pela acção humana (Figueiredo, 2008). Por sua vez, as técnicas do método quantitativo permitiram a recolha de dados numéricos sobre a ingestão habitual de alimentos com base em uma lista de diferentes alimentos e suas respectivas frequências de consumo por dia, semana, mês ou ano para melhor análise do consumo e das necessidades alimentares específicas dos AF's (Sampaio et. al, 2012).

3.3. População do estudo

A população do estudo foi constituída por agregados familiares que praticam agricultura de subsistência, actores-chave como os órgãos de administração do estado a nível do distrito (SDAE-Serviços Distritais de Actividades Económicas), líderes comunitários, ONG's e OSC que trabalham no local e implementam projectos na área de SAN como a Helpcode, ROSA, KULIMA, AMDEC, MadreCoraje, UNAC.

3.3.1 Critérios de inclusão e de exclusão

Para fazer parte deste estudo foram eleitos os agregados familiares que apresentaram os seguintes critérios de inclusão:

- Ser chefe ou responsável de agregados familiares que residam em Magude;
- Pertencer a agregados familiares que praticam a agricultura de subsistência;
- Ter idade igual ou superior a 18 anos;
- Ter demonstrado interesse e consentimento para a sua participação na pesquisa;
- Agregados familiares que tenham realizado actividades agrícolas na última campanha.

O estudo excluiu todos AF com as seguintes características:

- Chefe ou responsável de agregado familiar menor de idade (menor de 18 anos);
- Ter manifestado indisponibilidade em participar na pesquisa;
- Chefe ou responsável de AF's que não pratiquem agricultura de subsistência;
- Chefe ou responsável de AF's que não tenham realizado qualquer actividade agrícola nas últimas campanhas agrícolas.

3.4. Amostragem e amostra

3.4.1. Amostragem e amostra da pesquisa qualitativa

O estudo adoptou a amostragem por conveniência para seleccionar os participantes na pesquisa qualitativa. A amostragem por conveniência consiste na selecção de indivíduos facilmente acessíveis e que respondam a critérios de inclusão precisos (Mattar, 1996; Fortin, 1999). Desta forma, a selecção dos participantes desta pesquisa baseou-se na acessibilidade das residências dos AF's dentro do posto administrativo, avaliação dos critérios de inclusão e exclusão e posterior entrevista. Usando este procedimento, foram seleccionados chefes de agregados familiares com idade igual ou superior a dezoito anos de idade. Em cada posto administrativo (PA) previu-se abranger quatro famílias chefiadas por homens e quatro chefiadas por mulheres, porém devido ao facto de que maior parte das famílias de Magude são chefiadas por homens, em boa parte dos PA foram entrevistadas mais famílias chefiadas pelos homens, sem que fosse alterada a amostra previamente prevista no projecto, de quarenta AF's. O tamanho da amostra desta pesquisa, foi definida por meio de saturação teórica, que segundo Fontanela *et al.* (2008), consiste na suspensão de inclusão de novos participantes quando os dados obtidos passam a

apresentar, na avaliação do pesquisador, uma certa redundância ou repetição não sendo considerado relevante persistir na colecta de dados.

Para a selecção dos agregados familiares que fizeram parte da pesquisa, contou-se com o apoio dos chefes de cada posto, o qual teve a responsabilidade de auxiliar na identificação dos AF's que apresentassem os requisitos pré-estabelecidos.

Tabela 1. Amostra dos AF's por comunidade (pesquisa qualitativa)

Categorias de participantes	Locais de Pesquisa no distrito de Magude					
	Magude-sede	Mahele	Mapulanguene	Motaze	Panjane	Total
AF's chefiados por Homens	4	5	5	5	5	20
AF's chefiados por Mulheres	4	3	3	3	3	20
Sub.totais	8	8	8	8	8	40

A pesquisa incluiu também grupos focais para permitir maior compreensão do processo de construção das percepções, atitudes e representações sociais do grupo em relação a acessibilidade a alimentação no distrito (Ruas, 2017). No total, foram incluídos dez (10) grupos focais, sendo dois em cada posto administrativo. Conforme o previsto, cada grupo focal foi composto por sete a dez membros que fazem parte dos AF's.

Tabela 2. Amostra para grupos focais

Categorias de participantes	Locais de Pesquisa					Total
	Magude Sede	Mahele	Mapulang uene	Motaze	Panjane	
AF's chefiados por Homens	1	1	1	1	1	5
AF's chefiados por Mulheres	1	1	1	1	1	5

Sub-totais	2	2	2	2	2	10
------------	---	---	---	---	---	----

Para a selecção dos actores-chaves foi usada amostragem por conveniência, técnica que permite seleccionar os intervenientes que estejam em melhores condições de dar informações necessárias para o estudo (Marconi e Lakatos, 2003). Assim, foi entrevistado um representante de sete instituições, entre públicas e privada que trabalham sobre o tema do acesso aos alimentos.

Tabela 3. Amostra dos actores-chaves

Actors-chaves (Instituições/organizações)	Representando o Distrito		Total
	Mulher	Homem	
SDAE	1	-	1
HelpCode	1	-	1
ROSA	-	1	1
Kulima	-	1	1
AMDEC	-	1	1
ATAP	1	-	1
UNAC		1	1
Total	3	4	7

3.4.2. Amostragem e amostra da pesquisa quantitativa

A pesquisa quantitativa usou uma amostragem probabilística aleatória simples para a selecção dos respondentes da pesquisa. A amostragem probabilística aleatória simples baseia-se na escolha aleatória dos pesquisados, significando o aleatório que a selecção se faz de forma que cada membro da população tenha a mesma probabilidade de ser escolhido, este procedimento, permite a utilização de tratamento estatístico, que possibilita compensar erros amostrais e outros aspectos relevantes para a representatividade e significância da amostra (Marconi & Lakatos, 2017). A selecção do número de agregados familiares para a pesquisa quantitativa, foi feita com recurso a seguinte fórmula estatística (Miot, 2011):

Cálculo amostral:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{(N - 1) \cdot e^2 + Z^2 \cdot P(1 - p)}$$

Sendo:

n= tamanho da amostra;

N= tamanho da população - número de agregados familiares no distrito de Magude = 13883 (Censo, 2017)

Z²= Valor crítico para o grau de confiança desejado: 1.96 (95%)

e= Erro padrão (±5% da proporção dos casos)

P= Estimativa da proporção da amostra de agregados familiares que praticam agricultura de subsistência igual a 0.8, visto que, de acordo com Albino (2012), 80% da população de Magude pratica agricultura de subsistência.

Assim:

$$n = \frac{13883 \cdot (1.96)^2 \cdot 0.8 \cdot (1 - 0.8)}{(13883 - 1) \cdot 0.05^2 + 1.96^2 \cdot 0.8(1 - 0.8)}$$

$$n = 242$$

Desta forma, o número de agregados familiares que participou da pesquisa quantitativa corresponde a 242 famílias do Distrito de Magude, sendo que, estas famílias estão distribuídas tendo em conta o número de famílias existentes em cada PA. De acordo com o INE (2017), 77.6% das famílias estão localizadas no posto administrativo de Magude, 10,8% Motaze, 5.9% Panjane, 3,4 % Mahele e 2.3% em Mapulanguene, assim sendo, a distribuição foi feita da seguinte maneira:

Tabela 4. Amostra dos AF's por posto administrativo (pesquisa quantitativa)

Categorias de participantes	Locais de Pesquisa no distrito de Magude (Postos administrativos)					
	Magude	Mahele	Mapulanguene	Motaze	Panjane	Total
AF's chefiados por Homens	113	5	4	16	10	148
AF's chefiados por Mulheres	75	3	2	10	4	94
Sub-totais	188	8	6	26	14	242

3.5. Técnicas de recolha de dados

3.5.1. Técnica de recolha de dados para a componente qualitativa

Para a pesquisa qualitativa a recolha de dados foi feita através de revisão bibliográfica e entrevistas semiestruturadas aos AF's e grupos focais e observação directa.

Revisão bibliográfica

A revisão bibliográfica, considerada uma fonte de colecta de dados complementares, consistiu na pesquisa e análise da bibliografia publicada, desde publicações avulsas, monografias, dissertações, teses, pesquisas científicas, etc. Esta técnica colocou o pesquisador em contacto directo com tudo o que foi escrito e investigado sobre a temática em pesquisa. A recolha dos dados bibliográficos para o nosso estudo, foi realizada com base em diversos artigos científicos publicados em plataformas académicas (Repositório da UEM, Mendeley, etc.), livros que abordam a temática, relatórios de instituições governamentais e não-governamentais que fazem menção a dados sobre a segurança alimentar.

Entrevistas semi-estruturadas

A entrevista é um procedimento utilizado na investigação social, para a colecta de dados que consiste num encontro entre duas pessoas a fim de que uma delas obtenha informações a respeito de um determinado assunto, mediante uma conversação face a face e de maneira metódica (Lakatos e Marconi, 2003).

A escolha da entrevista semiestruturada, prendeu-se ao facto de esta técnica oferecer maior amplitude na colecta dos dados, bem como uma maior organização. As entrevistas semi-estruturadas são flexíveis na medida em que possibilitam um contacto mais íntimo entre o entrevistador e o entrevistado, favorecendo assim a exploração em profundidade de seus saberes, bem como de suas representações, de suas crenças e valores (Nunes, 2018).

As entrevistas foram realizadas ao domicílio, junto aos responsáveis dos AF's e actores-chave, assim como foram realizadas discussões com os grupos focais. Esta técnica permitiu a exploração profunda das questões ligadas ao acesso e acessibilidade alimentar das famílias, os factores determinantes e a forma como estes se articulam entre si e sua influência no padrão alimentar destas famílias.

O guião de entrevistas para os AF's apresentava como temas centrais as variedades, sazonalidade, quantidade de alimentos produzidos para o consumo e os factores que influenciam a prática, os preços dos alimentos nos mercados, os locais e frequência de compra dos alimentos e os factores que influenciam a escolha dos alimentos comprados, assim como foram exploradas outras formas de acesso aos alimentos pelos AF's, sendo que estas questões permitiram responder o primeiro objectivo da pesquisa. Foram igualmente incluídas no guião, questões relativas a qualidade, quantidade, fracionamento e edequação dos alimentos consumidos pelos AF's, afim de descrever o consumo alimentar dos AF's e por fim constaram questões sobre a percepção que os AF's tem sobre a sua alimentação e sobre a sua prática ou não da alimentação adequada.

Por sua vez o guião de entrevistas para os actores-chave, apresentou como temas centrais os factores que influenciam o acesso aos alimentos e a alimentação adequada, assim como o consumo alimentar no distrito, o que permitiu identificar os factores que influenciam a acessibilidade alimentar no distrito.

O guião para a discussão dos grupos focais incluiu temas que descrevessem as dinâmicas de acesso e consumo de alimentos entre os AF's, assim como as percepções sobre a prática ou não da alimentação adequada o que permitiu responder o primeiro e último objectivos da pesquisa.

Observação directa

A observação directa, foi usada para compreender determinados aspectos da realidade a base dos sentidos, não apenas vendo e ouvindo, mais também, examinando factos e fenómenos que se pretendiam estudar (Ruas, 2015). Com base nesta técnica foi possível observar aspectos relacionado ao acesso e acessibilidade alimentar do AF, desde a produção intrafamiliar (incluindo pecuária) os alimentos existentes dentro do AF, sua conservação, as fontes de acesso e reservatório da água para o consumo, não tendo sido possível acompanhar o processo de preparação, distribuição, e as dinâmicas a do acesso a alimentação adequada, dentro do AF.

3.6.2. Técnica de recolha de dados para a componente quantitativa

Questionario de Frecuencia Alimentar (QFA)

Para a pesquisa quantitativa foi usado o questionário de frequência alimentar (QFA). Para Mahan, Raymond, & Escott-Stump (2013), o QFA é uma revisão retrospectiva da frequência de consumo (alimento consumido diária, semanal ou mensalmente). Este método foi empregue em todos os AF's, com o objectivo de estimar a ingestão habitual de alimentos ou nutrientes específicos como a proteína, os carboidratos e gordura, baseando-se em uma lista contendo diferentes alimentos e suas respectivas frequências de consumo por dia, semana, mês ou ano. Assim, através da elaboração prévia de um questionário direccionado (lista de alimentos e/ou preparações), foi possível avaliar o consumo e as necessidades alimentares específicas dos diferentes AF's abrangidos (Sampaio et. al, 2012).

3.6. Técnica de análise de dados

A pesquisa usou duas técnicas de análise de dados: a análise de conteúdo para a componente qualitativa e a estatística descritiva para a análise de dados quantitativos. Para a pesquisa qualitativa, a técnica de análise de dados usada foi a análise de conteúdo. Esta técnica analisa criticamente o sentido das comunicações, dando sentido ao que foi dito ou observado pelo pesquisador (Chizzotti, 2018). Neste sentido, segundo recomenda Bardin (2011), a análise de conteúdo seguiu as etapas de pré-análise, exploração do material, categorização ou codificação, tratamento dos resultados, inferências e interpretações.

A pré-análise do conteúdo foi feita manualmente e obedeceu a um processo de codificação, criação de categorias e subcategorias para facilitar a respectiva análise, mas também, um cruzamento da informação na análise dos dados recolhidos e revisão bibliográfica de modo a fazer a interpretação e chegar a resultados mais concretos da pesquisa. O processo de

verificação de dados seguiu uma lógica de registo inicial das informações recolhidas no campo, seguido de exploração de dados e formulação de pré-categorias que sendo identificado nas primeiras leituras, seguiu-se a compilação dos temas e enunciados identificados, neste momento bem como a incorporação de novas categorias analíticas. Por conseguinte, para cada categoria foram agrupados os temas correspondentes e enunciados identificados e consensuais, fazendo constar os respectivos trechos das entrevistas que os exemplificam; posteriormente a codificação propriamente dita, representado por conjunto de ideias, valores e sentimentos dos entrevistados; igualmente alocou-se os temas em uma tabela o que permitiu melhor visualização, posto isto constatou-se a saturação para cada pré-categoria por meio de não aparecimento de novos temas.

Para a análise de dados quantitativos, foi usada a estatística descritiva, a qual tem como objetivo básico, sintetizar uma série de valores de mesma natureza, permitindo dessa forma que se tenha uma visão global da variação desses valores, organiza e descreve os dados de três maneiras: por meio de tabelas, de gráficos e de medidas descritivas (Guedes, et al., 2015). Neste sentido, a análise dos dados foi realizada com recurso ao programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, versão 22).

3.7. Considerações éticas

No presente projecto de pesquisa foram seguidas todas as normas éticas que garantissem o não ferimento de qualquer que seja a sensibilidade dos participantes, para o efeito tomou-se em atenção que a participação dos AF's estivesse condicionada a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido dos sujeitos da pesquisa, para além de que foram considerados os potenciais riscos e as estratégias de minimização e adicionalmente foram realizados procedimentos que asseguraram a confiabilidade e a utilização das informações sem o prejuízo dos participantes.

Desta forma, para além do pedido de autorização aos agregados familiares através do consentimento livre e esclarecido, os membros das famílias estiveram cientes que poderiam desistir a qualquer momento. Não foi aplicada nenhuma técnica invasiva, que causasse desconforto ou que não tenha sido mencionada no trabalho, respeitando durante todo o processo, o anonimato e confidencialidade.

3.8. Divulgação dos resultados.

Os resultados desta pesquisa serão partilhados em dois formatos, de relatório assim como artigo. Após a apresentação dos resultados da pesquisa em plenária na UEM, será entregue o relatório do mesmo à biblioteca da Faculdade de Letras e Ciências Sociais da UEM. Por outro lado, pretende-se que o artigo seja apresentado em jornadas científicas, conferências ou fóruns nos quais se discuta a Segurança Alimentar e Nutricional no contexto de desenvolvimento rural ou em qualquer outro contexto que se julgue apropriado.

3.9. Problemas encontrados durante a pesquisa e soluções antecipadas

Durante a realização do trabalho de campo, foram vivenciados constrangimentos para a pesquisa, entre os quais os custos de transporte da cidade de Maputo para o distrito de Magude e da vila sede do distrito para os diferentes postos administrativos. Para a realização destas viagens foram usados recursos da autora, porém houve pronto apoio do SDAE, o qual disponibilizou motorizadas para que fosse possível chegar a cada posto administrativo, sobre a condição de que a autora financiasse o combustível para o efeito.

Para além dos custos de transporte, estiveram igualmente sobre responsabilidade da autora, a acomodação e alimentação em cada posto administrativo. A acomodação foi necessária nos PA de Mapulanguene e Magude-sede, por dois dias em cada PA, para dois extencionistas agrários que acompanharam a recolha de dados e por 15 dias alternados para a autora uma vez que esta dependia da disponibilidade dos restantes membros da equipa (chefes de posto e técnicos do SDAE) para se fazer ao campo. Por um lado, pela distância do PA em relação à vila e por outro pela distância entre os AF's que é relativamente longa, o que influenciava negativamente para a cobertura da amostra do PA em um único dia.

O tamanho da amostra quantitativa foi um dos principais desafios enfrentados, pois para além de terem sido cobertas várias famílias, a densidade populacional era bastante baixa no interior do distrito e os instrumentos de recolha de dados foram exaustivos.

Outro constrangimento vivenciado, relaciona-se com o tempo necessário para completar as entrevistas a cada AF. Os guiões e questionários foram longos, uma vez que incluíam muitas variáveis de estudo. Em alguns casos as famílias mostravam o desconforto pela perda de tempo

por um processo que não os beneficiasse em nada, pelo que, a presença dos chefes de posto e dos extensionistas agrários na comitiva de trabalho, facilitou bastante a sensibilização das famílias para a sua participação no estudo.

Por fim, devido a situação de InSAN visível entre as famílias, estas mostravam-se expectantes em relação a presença da equipe de recolha de dados, acreditando que ao fim de cada levantamento seriam afortunados mantimentos alimentares, sobretudo pelo facto de se fazerem presentes no local os chefes de posto e técnicos do SDAE. Foi necessária a explicação prévia de que o processo não previa a distribuição de qualquer que fosse o bem, agradecendo a compressão e colaboração de cada entrevistado.

CAPÍTULO 4: APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Este capítulo apresenta, analisa e discute os resultados qualitativos e quantitativos da pesquisa, recordando que o estudo é de maior cunho qualitativo, tendo sido recorrida a pesquisa quantitativa para melhor compreensão do consumo alimentar das famílias. Assim, obedecendo os objectivos da pesquisa, este capítulo apresenta quatro subcapítulos: (1) características socio-demográficas dos participantes da pesquisa, (2) Conhecimentos e percepções dos AF's sobre a alimentação adequada, (3) Práticas do consumo alimentar dos agregados familiares que praticam agricultura familiar de subsistência e, (4) factores que influenciam a prática da alimentação adequada.

4.1. Características socio-demográficas dos participantes

A recolha de dados qualitativos foi realizada junto a três grupos, nomeadamente: mulheres e homens responsáveis pelos agregados familiares em entrevistas individuais dentro do AF, em grupos focais e actores-chave. Conforme ilustra a tabela 5 abaixo, foram no total entrevistados 40 chefes e, ou responsáveis dos AF's de 5 postos administrativos, nomeadamente Magude-sede, Motaze, Mahel, Panjane e Mapulangwene. Entre os 40 AF's entrevistados, maior parte são chefiadas por homens. Do total de respondentes a maioria tinha entre 21 a 40 anos de idade solteiros com a quarta classe do sistema colonial concluída. Realizavam pequenas actividades ocasionais (quando houvesse oportunidade), com rendas mensais até 800 mzn, conforme mostra a tabela 5, que se segue.

Tabela 5. Dados socio-demográficos dos AF's entrevistados

Variáveis		Agregados familiares		Total
		Chefiados Por Mulheres	Chefiados por homens	
Sexo do chefe do AF		16	24	40
Sexo do respondente		37	3	40
Idade do respondente	18-20	0	0	0
	21-40	24	1	25
	41-65	13	2	15
	>66	0	0	0
	Sub-total	37	3	40
Posicao Familiar do respondente	Mae e Pai	16	3	19
	Filho(a)	6	0	6
	Nora e Genro	15	0	15
	Outros	0	0	0
	Sub-total	37	3	40
Estado civil	Solteiro (a)	27	0	27
	Casado (a)	10	3	13
	Viuvo(a)	0	0	0
	Sub-total	37	3	40
Nivel de escolaridade	N/E	7	1	8
	4a classe do antigo sistema	16	3	19
	Nivel medio	10	3	13
	Nivel secundario	0	0	0
	Sub-total	33	7	40
Ocupacao do chefe do AF	Nenhuma	8	8	16
	Agricultor-comercial	0	0	0
	Comerciante	6	8	14
	Funcionario do estado	1	3	4
	outros	1	5	6
	Sub-total	16	24	40
Renda mensal do AF	Ate 800 mzn	10	7	17
	Ate 1200 mzn	4	6	10
	Ate 2000 mzn	3	6	9
	Ate 8000 mzn	1	2	3
	>15000 mzn	0	1	1
	Sub-total	16	24	40
Princi pal fonte de	Biscatos	13	7	19
	Comércio	4	12	16

	Emprego fixo	1	3	6
	Sub-total	16	24	40
Religião	Nenhuma	4	1	5
	Cristã Católica	6	2	8
	Cristã Protestante	2	1	3
	Espírita	21	3	24
	Sub-total	33	7	40
Nr. De crianças entre 0 a 5 anos		43	35	78

Na sequência, foram realizados dez (10) grupos focais dos quais cinco compostos por mulheres chefes de AF's e os restantes cinco compostos por homens chefes de AF's, destes, sete grupos focais (GF's) tinham sete participantes em cada, dois tinham oito e um tinha dez participantes, totalizando 75 participantes em todos os GF's. O perfil socio-demográfico dos participantes destes grupos mostrou-se similar ao dos AF's, conforme ilustra a tabela 6.

Tabela 6. Dados socio-demográficos dos grupos focais

Variáveis		Grupos focais		Total
		Chefiados Por Mulheres	Chefiados por homens	
Nr de participantes em cada GF	7	3	4	49
	8	1	1	16
	10	1	0	10
Sub-total		5	5	75
Total de participantes		39	36	75
	21-40	23	14	37
	41-65	15	19	34
	>66	1	3	4
	Sub-total	39	36	75
Estado civil	Solteiro (a)	23	24	47
	Casado (a)	16	12	28
	Sub-total	39	36	75
Nível de escolaridade	N/E	21	16	37
	4a classe do antigo sistema	7	17	24
	Nível medio	11	3	14
	Sub-total	39	36	75
Principal fonte de renda	Biscatos	31	22	53
	Comercio	8	14	22
	Sub-total	39	36	75
Religião	Nenhuma	2	6	8
	Cristã Católica	9	7	16
	Cristã Protestante	10	9	19
	Espirita	18	14	32
	Sub-total	39	36	75

A pesquisa qualitativa abrangeu também sete atores-chave, dos quais três foram mulheres e quatro homens, entre eles, dois são directores executivos, um chefe de departamento e quatro oficiais de programas, ocupando o cargo entre três a oito anos.

A componente quantitativa desta pesquisa abrangeu 242 agregados familiares, dos quais 148 chefiados por homens e 94 chefiados por mulheres. Nestes AF's, a maior parte dos respondentes (94.6%) foram do sexo feminino e 5.4% do sexo masculino, esta diferença numérica prende-se ao facto de que em muitos casos as mulheres foram as que se faziam

presentes na residência no momento da entrevista, em alguns outros, homens delegavam que estas recebessem a estudante. As idades de 67.4% dos repondentes situavam-se entre os 21 aos 40 anos, 38% eram solteiros, 66.9% dos inqueridos nunca haviam frequentado a escola, 81.4% eram apenas agricultores não comerciais 66.1% AF's não tinham rendas superiores a 800 meticais conforme ilustra a tabela a seguir (Tabela 7).

Tabela 7. Dados socio-demográficos dos AF's inqueridos

Variáveis		Agregados familiares				Total	%
		Chefiados Por Mulheres	%	Chefiados por homens	%		
Sexo do chefe do AF		94	38.8	148	61.2	242	100
Sexo do respondente		229	94.6	13	5.4	242	100
Idade do respondente	18-20	13	5.4	2	0.8	15	6.2
	21-40	160	66.1	3	1.2	163	67.4
	41-65	48	19.8	8	3.3	56	23.1
	>66	8	3.3	0	0.0	8	3.3
	Sub-total	229	94.6	13	5.4	242	100
Posicao Familiar do respondente	Mãe e Pai	58	24.0	11	4.5	69	28.5
	Filho(a)	6	2.5	2	0.8	8	3.3
	Nora e Genro	165	68.2	0	0.0	165	68.2
	Sub-total	229	94.6	13	5.4	242	100
Estado civil	Solteiro (a)	89	36.8	3	1.2	92	38
	Casado (a)	73	30.2	9	3.7	82	33.9
	Viuvo(a)	67	27.7	1	0.4	68	28.1
	Sub-total	229	94.6	13	5.4	242	100
Nível de escolaridade	N/E	157	18.6	5	2.1	162	66.9
	4a classe do antigo sistema	45	9.5	6	2.5	51	21.1
	Nível medio	23	1.7	2	0.8	25	10.3
	Nível secundario	4	1.7	0	0	4	1.7
	Sub-total	229	94.6	13	5.4	242	100
Ocupacao do chefe do AF	Agricultor não comercial	78	32.2	119	49.1	197	81.4
	Comerciante	13	5.3	27	11.1	40	16.5
	Funcionário do estado	2	0.8	1	0.4	3	1.2
	outros	1	0.4	1	0.4	2	0.8
	Sub-total	94	38.8	148	61.1	242	100
Renda mensal do AF	Até 800 mzn	62	25.6	98	40.5	160	66.1
	Até 1200 mzn	22	9.1	33	13.6	55	22.7
	Até 2000 mzn	10	4.1	13	5.4	23	9.5
	Até 8000 mzn	1	0.4	3	1.2	4	1.7
	>15000 mzn	0	0.0	1	0.4	1	0.4

	Sub-total	94	39	148	61	242	100.0
Principal fonte de renda	Biscatos	78	32.2	119	49.2	197	81.4
	Comércio	13	5.4	27	11.2	40	16.5
	Emprego fixo	2	0.8	1	0.4	3	1.2
	Outros	1	2	1	1.8	2	0.8
	Sub-total	94	39	148	61	242	100.0
	Sub-total						
Religião	Nenhuma	9	3.7	0	0	9	3.7
	Cristã Católica	12	5.0	0	0	12	5.0
	Cristã Protestante	42	17.4	6	2.5	48	19.8
	Espírita	166	68.6	7	2.9	173	71.5
	Sub-total	229	94.6	13	5.4	229	94.6

4.2. Conhecimentos e percepção dos AF's sobre a alimentação adequada

Para analisar as percepções dos respondentes sobre a alimentação adequada, foram entrevistados 40 participantes do mesmo número de AF's, dos quais 37 respondentes foram mulheres e 3 homens, assim como foram incluídos todos os GF's.

Maior parte dos entrevistados tinha conhecimento sobre o termo alimentação adequada, porém estes não conheciam as diferentes variáveis do conceito, pelo que, o seu entendimento consistia sobre tudo nas variáveis biológicas do mesmo, ou seja, a saciedade e saúde gerada pelo consumo alimentar. Para os entrevistados, a alimentação adequada consiste no consumo de alimentos variados e de todos os grupos alimentares, podendo passar um mínimo de três refeições diárias, o pequeno almoço o almoço e o jantar. Mais do que variar a composição das refeições e o fraccionamento diário, os AF's entendem por alimentação adequada a capacidade de comer sem restrições nas escolhas e quantidades, sobretudo sem restrições no acesso às carnes, aos industrializados como embutidos, refrigerantes, leite e derivados, no entanto o factor saciedade é também para os entrevistados indispensável no entendimento da alimentação adequada.

“ ... alimentação adequada é comer bem, comer todas as coisas como nos ensinaram na palestra, comer xima arroz, verduras mas a carne não pode faltar... na verdade não pode faltar nada, a pessoa tem que apanhar tudo que é de comer e ir variando diariamente, mas tem que saciar, não comer e continuar com fome parece que não fez nada...” (Chefe do AF Mulher, Mapulanguene).

“... Alimentação adequada é quando a pessoa consegue comer aquilo que quer, hoje pode comer verdura, amanhã comer carne, noutro dia comer mandioca, pão, frutras, essas coisas... não pode uma pessoa ter falta de comida porque é coisa básica e muito importante... comer três vezes por dia se conseguir mais é melhor...” (Chefe do AF Homem, Motaze).

Todos os participantes relataram ter aprendido sobre a alimentação adequada nas palestras das unidades sanitárias assim como na comunidade, no âmbito de brigadas móveis de saúde, nas quais, com recurso a materiais didáticos como álbuns seriados e panfletos, foram explicados como deve ser a alimentação dos membros da família, sobre tudo das crianças, mulheres grávidas e lactantes tanto em situação de saúde como de doença. Assim, estas famílias relataram já ter visto a roda dos alimentos nestes contextos, porém não praticam o que tinham aprendido desta roda, pois as suas condições de produção assim como financeiras não os permitem a aquisição de alimentos do gosto ou preferência da família e que possam saciar a fome todos os dias do ano.

“ ...nós aprendemos lá na palestra, até nos mostraram uma foto que tem muita comida, outra que nós não sabíamos que se come, como os gafanhotos... está ver como as comidas são muitas para nós comermos? Nós só não comemos como nos ensinaram porque não temos dinheiro, mas se tivéssemos ou se esta terra fosse boa, nós teríamos como comer bem” (Chefe do AF Mulher, Panjane).

Os AF's concordaram que não têm uma alimentação adequada devido a falta de dinheiro e fraca produção agrícola. A ausência de alimentos obriga os participantes a manterem uma monotonia na escolha dos alimentos e nas formas de preparação dos mesmos. Os alimentos mais consumidos e de forma repetitiva são as verduras preparadas com óleo.

“Não, nós não temos uma alimentação adequada porque não temos dinheiro, não há emprego e nem há produção, na machamba não sai nada quando... por isso todos os dias comemos verduras que conseguimos apanhar e todos os dias prepara-se da mesma maneira, basta apanhar esse pouco óleo para pingar e misturar...” (GF, homens, Magude-sede).

“Nós não temos uma alimentação adequada por falta de dinheiro mas acho que vale a pena um pouco porque comemos o que vem da machamba e essa comida tem vitaminas que precisamos... talvez seria necessário comermos um pouco de outras coisas para o coração se alegrar porque eh... todos os dias comemos mesma coisa... são verduras preparadas da mesma forma...tudo porque não temos dinheiro...” (Chefe do AF homem, Motaze).

Para alguns AF's, embora o consumo frequente de verduras seja visto de forma incómoda, estes assumem esta realidade como uma mais-valia à saúde dos membros do AF, uma vez que são diariamente consumidos alimentos naturais e frescos, os quais os entrevistados acreditam que os conferem mais saúde e vitalidade. Nestes casos em que a saúde foi incluída na análise da prática da alimentação, o respondente assumia a alimentação da família como adequada.

“Nós comemos toda hora verduras e isso cansa, mas vale a pena essa nossa alimentacao é adequada porque a nossa comida é fresca, temos verduras variadas que tem vitaminas e nos dão saúde e força” (Chefe do AF Mulher, Motaze).

Estes dados assemelham-se ao estudo de Grisa (2016) que mostrou que as familiares barzileireias consideravam a sua alimentação adequada pelo facto de que os alimentos consumidos provinham da sua própria produção, o que propiciava uma alimentação “mais natural, sem veneno”. O mesmo estudo mostrou que os alimentos eram considerados adequados por ser mais económicos. Entretanto, um outro estudo realizado nas comunidades rurais de Brasil, onde a produção de alimentos é deficitária, constatou que as famílias caracterizavam a sua alimentação como não adequada, pois boa parte dos alimentos consumidos eram comprados, e as famílias não tinham recursos económicos para aquisição e consumo de alimentos variados e que fossem do gosto da família (Defante *et al.* (2015), tais como carne, queijos e bebidas, que consideravam que eram alimentos das elites (Uchimura *et al.* 2015). No mesmo diapasão, um estudo realizado nos distritos de Montepuez e Ancuabe em Moçambique, evidenciou que a falta de acesso aos alimentos e falta de recursos económicos constituíam barreiras para o acesso à alimentação adequada, pois as famílias não conseguiam garantir pelo menos as três refeições diárias (Matusse, 2024).

Neste estudo, os resultados das entrevistas entre os AF's e os grupos focais, em todos os postos administrativos, quando abordado sobre a alimentação adequada, estes disseram que o dinheiro é o principal factor que os impede de terem uma alimentação adequada, seguido da fraca produção agrícola dos últimos tempos. Estas famílias acreditam que se tivessem poder

económico, as escolhas dos alimentos e das preparações empregues seriam melhores. Para os entrevistados é constrangedor terem de consumir poucas vezes as preparações que consumiam desde criança, as que são características da sua cultura, no caso, as preparações de amendoim e côco, as que eram comuns no dia-a-dia das famílias e que nos dias actuais não podem ser privilegiadas no consumo alimentar devido a baixa produção do amendoim e a fraca capacidade de compra.

“ Não, nós não temos alimentação adequada, problema daqui é dinheiro, não há emprego, não há negócio, não há nada e nós que nem marido temos para ajudar, as coisas são mais difíceis... na machamba há coisas que não estão a sair, como o amendoim, assim é muito difícil cozinhar... amendoim é coisa que não pode faltar na cozinha, mas também não temos dinheiro para comprar... estamos a comer muito mal...” (Chefe do AF Mulher, Mahel).

“Nos não temos alimentação adequada, porque já não comemos as coisas que habituamos e também não é o que gostamos, assim que amendoim não está a aceitar sair bem, é raro prepararmos caril de amendoim, verduras de amendoim ou xiguinha, assim tivemos que aprender a fazer xitsacato com verduras, todos os dias é óleo na comida, até o peito doi... as crianças é que gostam até nos obrigam pôr tempero na verdura porque assim parece que estamos a comer carne, mas o nosso sangue, nós mais velhos, não aguenta essa comida de agora” (Chefe do AF Mulher, Panjane).

Os resultados deste estudo mostram que o acesso a alimentação adequada é condicionado pelos factores estruturais relacionados a falta de acesso a alimentos e recursos económicos. Tal como defende Giddens (2003), as escolhas individuais são condicionadas pelo acesso aos recursos, sobre tudo pelos recursos financeiros. Esta teoria, ilustra que a alimentação quotidiana das famílias abrangidas pelo estudo é condicionada pelos recursos financeiros, que influenciam o acesso a quantidade e qualidade de alimentos consumidos.

Algumas famílias, em que o chefe do AF fosse uma mulher, relataram que a viuvez era também um calcanhar de aquiles, pois, estas são maior parte das vezes as únicas provedoras do sustento da família, o que tornava as condições de acesso a alimentação adequada mais difíceis.

“O maior problema é dinheiro, se tivéssemos dinheiro não estaríamos a passar fome assim, pior para nós que nem marido temos, não temos quem nos ajude com as despesas de casa... eu por exemplo sou a única que mete comida aqui em casa... se tivesse marido podíamos escolher

outras coisas para comer, mas não temos escolha, comemos aquilo que conseguimos assim mesmo ” (Chefe do AF Mulher, Magude-sede).

De facto, entre os AF's chefiados por mulheres maior parte destes têm rendas mais baixas quando comparadas com os AF's chefiados por homens. Ademais neste primeiro grupo apenas um agregado familiar tem um chefe que receba um salário mínimo (que atinge os 8000 meticais) mensalmente, a restante parte dos AF's realizam actividades que lhe permita a renda máxima de 2000 mzn.

Para a maioria dos participantes, variáveis como prazer, gosto, preferência, necessidades nutricionais, não são mencionadas ou são menos relevantes na análise da prática da alimentação adequada, pois para estes, o mais importante da comensalidade é poder ter algo para comer e se manter vivo, ou seja, não morrer à fome. Desta forma, apesar da fome e excassez sentidas e de haver a priorização dos homens e crianças no acesso alimentar, desprivilegiando as mulheres uma vez que segundo estas, é normal que sendo as últimas a comer, várias vezes as sobras são insuficientes para elas. Contudo, as participantes acreditam que devem gratidão á Deus, porque graças a ele, sempre conseguem qualquer coisa para todos comerem.

“Sim, nessa nossa falta, todos comemos qualquer coisa, ninguém dorme com fome porque a comida não chegou, mesmo que sobre pouca comida para nós que servimos... porque primeiro servimos ao dono da casa, depois as crianças...o importante é saber gerir a comida que temos para chegar para todos... por isso, sempre temos que agradecer a Deus porque mesmo que não comemos o que queremos, ou a quantidade não chega para encher a barriga, o mais importante é aqui em casa nunca morreu alguém por causa de fome graças ao amor de Deus ...” (Chefe do AF homem, Motaze).

“... o mais importante não é comer o que queremos, é nunca dormir de barriga vazia... por isso todos os dias temos que agradecer a Deus porque graças a ele, sempre conseguimos maneira de comer pelo menos uma vez por dia... nesse dia podemos conseguir dois púcares de arroz só mas dá para preparar e comer com chá, o resto vamos ver no dia seguinte...” (Chefe do AF mulher, Mahel).

Estes resultados corroboram outros estudos realizados no distrito de Magude, que ilucidaram que apesar de os AF's terem conhecimento sobre alimentação adequada não operacionalizavam este conhecimento na prática devido a múltiplas barreiras tais como elevado preço dos alimentos e redistribuição desigual da refeição, priorizando a saciedade dos homens

responsáveis pelo provimento na família, a seguir das crianças e por fim das mulheres (Van Der Velde *et al.* 2019). Estes resultados, incluindo deste estudo, mostram que, para além das normas culturais e tabús á volta da comensalidade, as desigualdades sociais relativas a distribuição da riqueza, agravam a inacessibilidade a alimentação adequada pelos pobres Giddens (2003). Deste modo, por um lado, a acessibilidade económica aos alimentos é vedada à famílias pobres, impelindo-as a consumir o que for possível comprar com o pouco dinheiro que tem. Por outro, as normas socioculturais de conduta perante aos alimentos, as quais tendem a estabelecer hierarquias no direito ao acesso alimentar dentro do AF, são muitas vezes restritivas, sobretudo para as mulheres as quais são as principais responsáveis pelo preparo e distribuição da comida dentro de casa (Blumke, 2017).

Este estudo mostra que embora as perceções dos indivíduos sobre a alimentação adequada estejam assentes à cultura e aos significados não leva a esquecer que também comemos por necessidade vital (Canesqui e Garcia (2005). Os AF's de Magude alimentam-se conforme o meio e a sociedade em que vive, a forma como ela se organiza e se estrutura, produz e distribui os alimentos.

4.3. Práticas do consumo alimentar dos agregados familiares

Para aprofundar sobre o consumo alimentar dos AF's do distrito de Magude, foram realizadas entrevistas semi-estruturadas aos AF's e adicionalmente recorreu-se ao estudo quantitativo, tendo sido empregue o questionário de frequência alimentar (QFA) a 242 famílias. A análise descritiva dos dados do QFA foi realizada por meio das frequências de consumo diário, semanal, mensal e anual, dos diferentes tipos de alimentos e preparações empregues pelos AF's.

4.3.1. Tipo de alimentos consumidos pelos AF's

Os resultados das entrevistas semi-estruturadas entre agregados familiares e os grupos focais indicam que os participantes consumiam maioritariamente alimentos providos das suas machambas, os quais passam por pouco ou nenhum processamento. Aos vegetais e carnes não são empregues técnicas de conservação convencional ou artesanal como o congelamento ou secagem. Os cereais passam por processo de debulha artesanal e moagem (caso necessário) em utensílios tradicionais nos quais há pouca perda de partes nutritivas do alimento, uma vez que a peneira não é excessiva, permitindo a permanência da fibra alimentar.

Para o caso dos alimentos de origem animal, os quais são adquiridos através da caça ou juntos dos vizinhos em situações anteriormente especificadas, estes são preparados e consumidos imediatamente após o abate, uma vez que poucas famílias têm aparelhos de congelamento de alimentos. Outros alimentos consumidos pelas famílias são adquiridos a nível dos mercados locais, sendo estes alimentos, industrialmente processados como o arroz, óleo, sal, açúcar e outros. A alimentação dos AF's é maioritariamente feita a base de alimentos naturais e frescos.

“Maior parte do que comemos é fresco, só arroz que compramos é aquele da loja” (Chefe do AF homem, Mahel).

“Fazemos uma mistura, mas são mais frescos porque maior parte do que comemos nós é que plantamos” (Chefe do AF mulher, Motaze).

“Comemos as coisas frescas que nós plantamos, o que não é fresco é essa farinha e arroz que compramos nas mercearias para reforçar” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

“Despense, temos comida fresca e que vem da loja, mas nós comemos mais o que vem da machamba, xima é nossa, caril também, as coisas que compramos são mais aquelas que não temos como produzir como óleo, sal essas coisas...” (GF mulheres, Motaze)

“...muitos de nos não temos geleiras ou congeladores por isso não guardamos a comida para preparar depois, nem há pessoas que secam verduras aqui, tiramos da machamba e logo cozinhamos, o que secamos e esse milho para nos facilitar na hora de pilar... moageiras tem mais lá na vila, aqui pilamos em casa, também quando levamos a moageira a farinha fica muito transparente quando cozinhamos e o sabor muda um pouco, outros não gostam...” (GF mulheres, Panjane).

Diferente deste estudo, o estudo de Popkin *et al* (2022) constatou que nas últimas décadas a participação de alimentos *in natura* ou minimamente processados vem sendo constantemente substituída pelo consumo dos alimentos e ingredientes culinários processados e ultraprocessados na região sub-sahariana, havendo menor consumo de vegetais e frutas frescas e uma crescente onda de consumo de farináceos, embutidos e enlatados e o mais caricato consiste no facto de que esse comportamento também vem sendo observado entre populações residentes na zona rural. Entretanto, o estudo de de Riceli *et al* (2022) mostra semelhanças a realidade encontrada nesta pesquisa, tendo constatado que do total de calorias diárias, quase metade destas (48%) consumidas pelos residentes da área rural de um município do sul do

Brasil foi proveniente de alimentos *in natura* ou minimamente processados. O estudo de Cornwell (2018) na Colômbia também concluiu que o consumo de alimentos frescos, pouco ou não processados é mais frequente, tal como foi visto em Magude. No mesmo diapasão, os estudos de Nkiruka *et al* (2017) e Aste (2017) também concluíram que o fraco acesso a tecnologias melhoradas de transformação e conservação de alimentos as quais estão associadas ao acesso a energia eléctrica, condiciona o consumo alimentar da maioria da população rural da africa sub-saariana.

4.3.2. Número de refeições realizadas diariamente

Dados do QFA indicam que as famílias passam entre uma duas a três refeições diariamente. O número de refeições depende da renda da família e época da campanha agrícola. Apenas duas famílias com rendas iguais ou superiores a 15.000 meticais afirmaram realizar até três refeições ao dia sendo o pequeno-almoço, o almoço e o jantar. A maior parte dos AF's, com rendas entre os 800 aos 8000 meticais, relataram ter um número de refeições bastante variável ao longo do ano. A maior parte do tempo passam uma ou duas refeições das quais o almoço e o jantar. No período logo após a colheita conseguem até chegar as três refeições, porém á medida em que os alimentos vão esgotando, vêm-se obrigados a reduzir o número de vezes que comem por forma a garantir maior duração dos alimentos nos celeiros da família.

“Comemos duas vezes por dia, o almoço e jantar, a comida que temos é pouca não podemos gastar tudo de uma vez” (Chefe do AF Mulher, Motaze).

Comemos três vezes por dia quando acabamos de colher, quando percebemos que a comida no celeiro já esta a acabar enquanto falta muito para colhermos, diminuimos para duas refeições” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

“Depende... maior parte dos dias comemos uma ou duas vezes, depende do dinheiro que conseguimos nesse dia. Quando conseguimos um dinheiro, conseguimos tomar chá depois jantar, mas as vezes não conseguimos nada então temos que ajeitar pelo menos uma refeição nesse dia, mas todos nós comemos o mesmo número de vezes” (Chefe do AF homem, Panjane).

“Comemos duas vezes... oh é o que podemos até aqui, se comermos mais de duas vezes a comida não vai chegar até ao final do mês... Gostaríamos de comer mais vezes mas infelizmente as condições não permitem” (Chefe do AF homem, Mahel).

Estes resultados corroboram os dados dos inquéritos sobre o orçamento familiar de INE (2020; 2022), que mostram que maior parte das famílias no meio rural realizam apenas uma ou duas refeições diárias e as que residem no meio urbano, conseguem realizar três ou mais refeições por dia. O estudo de Blumke (2017) também constatou que as famílias camponesas comiam todos os dias, mas havia redução expressiva na quantidade de alimentos consumida e frequência do consumo nos períodos de maior carência.

4.3.3. Grupos de alimentos consumidos

Os resultados do QFA indicam que os alimentos que são consumidos diariamente são: os alimentos protetores, nos quais são privilegiados os vegetais folhosos, os alimentos de base nos quais a farinha de milho é consumida diariamente e o arroz entre dois a três dias por semana podendo ser usado como pequeno-almoço quando não há tubérculos disponíveis, mas em suma, estes alimentos são consumidos entre o almoço e o jantar. Em épocas em que a mandioca e a batata-doce abundam são igualmente consumidas diariamente, no pequeno-almoço junto com o chá. O pão foi pouco mencionado como consumido, por um lado pelos custos associados a aquisição e por outro, por ser assumido como um capricho, tal como a manteiga, leite, ovos, frango e frutas convencionais.

A pesquisa quantitativa igualmente apurou que entre os alimentos de base, a farinha de milho integral é consumida diariamente por cerca de 83.5% dos AF's, seguida da farinha de milho industrial consumida por 74% das famílias, o arroz consumido com menor frequência por 56% dos AF's sendo o consumo semanal. O inquérito QFA mostrou que o consumo diário do pão é menos frequente entre as famílias, cerca de 33.5% dos AF's o consomiam semanalmente, sendo que maior parte dos que o consomem concentram-se em Magude-sede, vide a tabela 10 em anexo.

Os alimentos de energia concentrada, concretamente o óleo e o açúcar, fazem parte do dia-a-dia destas famílias, sendo que o açúcar é usado para o chá diário e óleo para as preparações do pequeno-almoço, almoço e jantar. As entrevistas semi-estruturadas mostraram que alimentos do grupo de construtores ou seja, as carnes são consumidas em frequências muito baixas e em alguns casos não são consumidos. Ademais, as famílias relataram nunca consumir vegetais e carnes em uma única refeição, alegadamente por esta prática constituir um gasto desnecessário num contexto em que a gestão da comida deve ser o mais minimalista possível. Assim, para

cada refeição, consome-se um alimento de base com um alimento protetor ou com um construtor quando possível.

“Aqui comemos mais verdura com xima que é o que plantamos, outras coisas dependem da sorte. As vezes quando consigo algum biscato, da para ajeitar algo diferente para comer” (Chefe do AF homem, Panjane).

“Mais mais, comemos verduras, com xima ou arroz as vezes, depende... quando conseguimos ir caçar, preparamos a carne” (Chefe do AF homem, Mapulangwene).

Comemos tudo o que e possível, mas com maior frequência e verdura com xima” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

“No matabicho comemos mandioca ou batata doce com chá, no almoço ou jantar comemos arroz ou xima com caril de verdura” (Chefe do AF mulher, Motaze).

“... no almoço e jantar e xima ou arroz com caril do que tem, muito, muito e verdura, as vezes comemos massa com peixe” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

“Depende da família e do dinheiro que cada um consegue para comprar comida... no matabicho podemos comer mandioca, batata-doce ou comemos arroz refogado ou pão com chá quando conseguimos um pouco de dinheiro nesse mês... no almoço e jantar comemos tudo o que conseguimos, mas comemos mais verdura e xima, as vezes apanhamos carne no mato mas não e sempre... quando preparamos verdura e verdura, quando e carne e carne, não juntamos porque assim gasta mais” (GF homens, Motaze).

Os resultados do iquerito QFA, resumidos na tabela 9 em anexo, também constataram que mais de 50% das famílias consomem os vegetais folhosos várias vezes por semana, porém o consumo de legumes variados e frutas é bastante limitado. Por um lado, cerca de 36.4% dos AF's nunca consumiram cenoura, 47.5% nunca consumiram feijão-verde, 89.7 % nunca consumiram beringela, 36.8% nunca consumiram abóbora, 96.6% nunca consumiram nabo ou salsa e todas as famílias nunca consumiram brocolis, couve-flor e rúcula. Por outro lado, a tabela 11 em anexo mostra que muito mais de 50% dos AF's pouco ou nunca consomem frutas, sendo que apenas a banana e laranja são consumidas uma a duas vezes por mês. A papaia, manga, abacate e matfwissa apenas são consumidas até 5 vezes por ano por mais de 50% dos AF's e a restante parte das frutas nunca são consumidas, as quais incluem as não convencionais ou silvestres como a tintsiva, cuakwa e mamarindo.

Os resultados do QFA ilustrados na tabela 8 em anexo e no gráfico 1 abaixo, mostram que o consumo dos construtores, ou seja, das carnes e derivados é bastante baixo, sendo a frequência de consumo anual para a maioria das famílias, embora o peixe e o feijão são consumidos um maior número de vezes ao longo do mês por cerca de 40% das famílias. Assim, a carne caprina é consumida anualmente por 36% das famílias, a carne bovina por 39%, o frango por 45% dos AF's. A carne suína, o peru, os ovos, queijo, soja, grão-de-bico e embutidos nunca são consumidos por muito mais de 50% das famílias abrangidas.

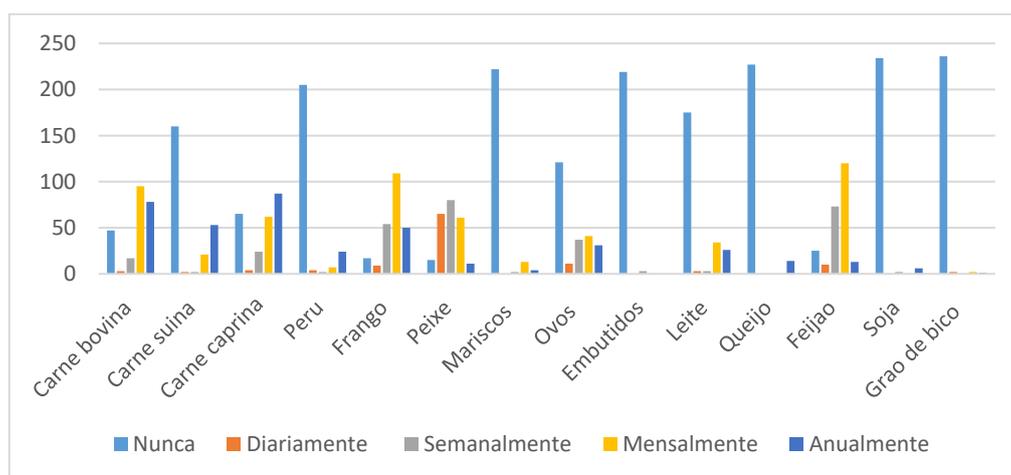


Gráfico 1. Proteínas (construtores) consumidas pelos AF's.

Neste contexto em que maior parte dos alimentos consumidos pelas famílias provém da produção própria, sendo que os AF's produzem maioritariamente as culturas alimentares básicas, em detrimento das culturas de hortícolas, isto contribui para que o acesso alimentar destas famílias torne-se precarizado no que concerne a variedades de alimentos.

Tal como neste estudo, o relatório do SETSAN (2015), sobre o estado da segurança alimentar nos pais, constatou que na zona sul não são consumidos todos os grupos alimentares recomendados, sendo maioritariamente consumidos os cereais, leguminosas, raízes e tubérculos, oleaginosas e verduras em abundância. Este facto pode estar relacionado com o difícil acesso económico da maioria das famílias camponesas, que influencia na precarização da alimentação destas, sendo que para a satisfação das necessidades básicas da vida, as famílias comem mais frequentemente apenas o que garante saciedade (Carilho, 2014).

4.3.4. Principais tipos de preparações de alimentos

Todos os AF's relataram que consomem tubérculos cozidos em água acompanhados do chá no pequeno almoço. Os AF's com rendas a partir de 8000 meticais relataram que consomem pão com salgada de alface, massa ou arroz refogados com tomate e cebola e chá, em um ou dois dias da primeira semana após as compras do mês, uma vez que nos restantes dias alimentam-se de tubérculos como as outras famílias.

Os almoços e jantares tendem a ser constituídos por um alimento de base como a xima de milho ou arroz se possível, acompanhado de uma verdura refogada com cebola e tomate e condimentada com caldo em pó. As raras vezes em que são consumidas as carnes, estas são igualmente preparadas ao refogado. Segundo os entrevistados, raramente são feitas preparações com amendoim e côco ou com cada um deles, uma vez que a produção do amendoim tem sido muito baixa nos últimos tempos e a compra é onerosa. Eles afirmaram que o côco também escasseia no distrito pois não é habitual a sua produção e o preço praticado na venda é igualmente alto, podendo ser comercializado a 35 mzn a unidade. Desta forma, as principais refeições diárias são sempre a base de óleo refinado.

Preparações como frituras e grelhados são raras nas famílias entrevistadas, sendo consumidas ocasionalmente em momentos festivos, uma vez que maior parte dos alimentos possíveis de fritar serem os que os AF's apresentem dificuldades de acesso e igualmente pelo facto de as frituras necessitarem do uso de muito óleo, que as famílias não conseguem comprar e ainda necessitarem de mais ingredientes que sirvam de acompanhantes para a refeição.

“As verduras preparamos com óleo maior parte dos dias, porque não conseguimos amendoim suficiente para variar e acompanhamos com xima ou arroz as vezes. No início do mês, as vezes preparamos arroz fugado (refogado) para o matabicho para pouparmos o dinheiro que gastamos com o pão, mas se não é arroz ou pão, comemos batata-doce ou mandioca, isso temos aqui” (Chefe do AF homem, Mahel).

“Maior parte das vezes refogamos a comida, sejam vegetais ou carnes, uma vez por semana comemos comida de amendoim... Como o amendoim sai pouco na machamba por causa do calor, já não comemos muito, nestes últimos anos e so óleo so... Estamos cansados” (Chefe do AF Mulher, Panjane).

“Ah praticamente todos os dias comemos verdura com óleo, não comemos muito comida de amendoim porque há falta ultimamente... frituras não podemos mentir, e muito raro, talvez aqueles que conseguem carapau, podem fritar as vezes, o problema é que isso gasta muito óleo... coisas de assar também ah, e raro... outro problema é que se nos fritarmos ou assamos, depois temos que preparar mais salada, que gasta óleo, então quando apanhamos essa carne fazemos caril, também porque caril chega para todos” (GF Mulheres, Magude-sede).

Os dados colhidos na base do QFA mostraram a mesma realidade constatada nas entrevistas. O consumo de saladas foi relatado como mensal por maior parte das famílias (46.3%) e 44.6% das destas, consome arroz refogado, até duas vezes por semana, assim como 50.4% destas, consome diariamente vegetais refogados, sendo que entre estes AF's, 91.8% consome uma a duas vezes ao dia, conforme ilustra a tabela 7 em anexo e o gráfico 2 abaixo. Esta realidade mostra como o óleo refinado é constantemente usado na alimentação das famílias do distrito.

O QFA constatou que 67.4% nunca consome carne com amendoim ou côco, 38% nunca consumiu carne frita, 36.8 % carne refogada, caso a consumam consomem é uma a duas vezes por ano, 36% nunca consome carne grelhada, outros 36% dos AF's nunca consomem vegetais com amendoim ou côco. Ademais conforme mostra a tabela 7 em anexo e o gráfico 3, as sopas instantâneas, as sopas naturais, e os fast food's nunca foram consumidos por 74%, 74.8% e 97.5% dos AF's respetivamente.

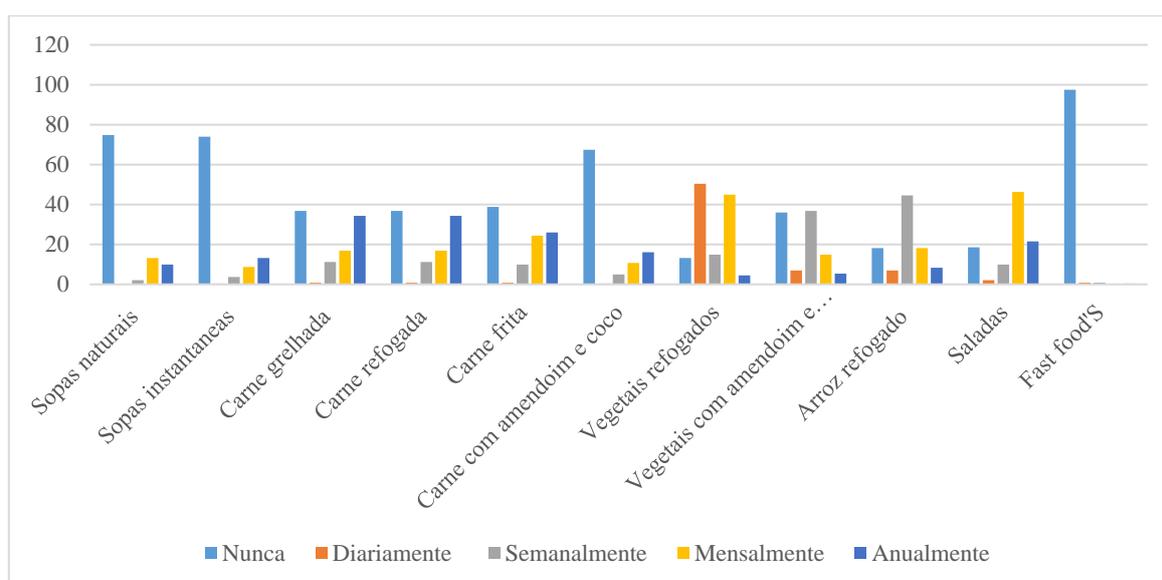


Gráfico 2. Principais tipos de preparações empregues pelos AF's

O QFA também revela o consumo frequente do óleo vegetal refinado entre as famílias (tabela 12 em anexo e o resumindo no gráfico 3 abaixo). 62.4% das famílias usam o óleo refinado diariamente nas suas preparações, 38.4% ou seja 93 famílias usam o óleo duas vezes ao dia, ou seja, em duas refeições distintas. 96.5% das famílias indicaram nunca ter consumido gorduras saudáveis como o azeite, óleo de coco, óleo de mafura e a banha.

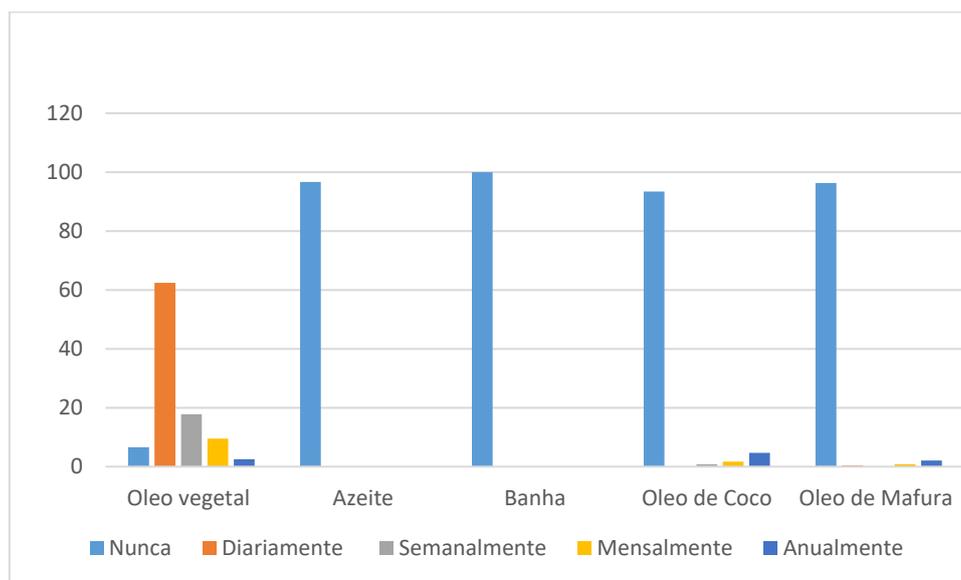


Gráfico 3. Óleos e gorduras consumidos pelos AF's

Os resultados deste estudo são semelhantes ao estudo da FAO (2021) que revelou que a base da alimentação da maioria dos moçambicanos são os cereais e tubérculos, que representam 80% do contributo energético, e algumas folhas verdes, embora a FAO tenha constatado o consumo do feijão, amendoim, côco e peixe nas zonas costeiras, como sendo frequente entre as famílias rurais. Entretanto, outros estudo mostraram uma realizadde diferente da constatada em Magude, ao revelar que o amendoím, grupo alimentar que se caracteriza por ter a gordura boa, se encontra como o segundo maior grupo em participação calórica na dieta das famílias da região do sul de Moçambique, mas que tendia a escassear devido as altercoes climáticas (Macuacua, 2016). O mesmo estudo constatou que as famílias rurais tendem a perder a oportunidade de consumir alimentos loais devido a sua escassez, e estão sendo impelidas a adotar novos tipos de preações a base de alimentos processados ou ultra processados. No mesmo diapasão, Mesquita e Bursztyn (2018) constataram que as mudanças climáticas influenciavam a produção de alimentos tradicionais e esta alimentação foi gradualmente

substituída por alimentação processada e empacotada, com calorias vazias, tal como visto entre as famílias respondentes de Magude, nas quais o amendoim típico de suas refeições tem sido substituído pelo óleo refinado.

As famílias com crianças menores de dois anos relataram realizar o aleitamento materno exclusivo até os seis meses, uma vez que assim foram instruídos na unidade sanitária. Em apenas dois AF's onde a renda alcança ou passa os quinze mil meticais houve relatos da inclusão das fórmulas infantis na alimentação das crianças desta faixa etária. Para as restantes famílias a compra das fórmulas infantis acarretam custos que a família não consegue suprir. Para além do leite artificial, os alimentos industrializados não são oferecidos as crianças, embora os cuidadores gostariam de os incluir na dieta destes nesta fase de vida, porém as dificuldades financeiras não os permitem. Segundo os respondentes, a partir dos seis meses, para além da amamentação, a alimentação das crianças de todos os postos administrativos passa a ser igual a da família.

“...o mais velho começou a comer com 6 meses, comia papas de milho com açúcar depois e que comecei a dar comida com 6-7 meses, dava xima leve com caril que nos comemos nas mesmas horas que nos comemos aqui em casa, com o mais novo vou fazer o mesmo. Antes dos 6 meses aqui em casa as crianças não comem mais nada que não seja leite do peito....” (Chefe do AF homem, Motaze).

“Os bebés só chupam mama, não damos artificial porque é caro... a partir dos seis meses, damos papinhas de milho com açúcar e a comida que nós comemos...” (Chefe do AF homem, Mahel).

“...nós não conseguimos comprar aquela comida que é própria para os bebés, papinhas lácteas, danone, cerelac, sumos infantis, gostaríamos de comprar, mas não conseguimos essas coisas são caras, não temos dinheiro” (Chefe do AF homem, Panjane).

No estudo de Bussato *et al.* (2016), constatou-se que diferentemente das crianças de Magude que são amamentadas exclusivamente até aos seis meses de vida, as crianças de famílias de baixa renda no interior de São Paulo foram amamentadas exclusivamente apenas até ao quarto mês de vida e as crianças de famílias de classes média e alta foram amamentadas de forma mista, usando as fórmulas infantis desde o nascimento, pois estas últimas, tinham condições financeiras para a sua aquisição. Os resultados do estudo de Sangali *et al* (2015) corroboram com os resultados deste estudo indicando que em geral as crianças de famílias com rendas

mensais abaixas de Nigéria, Lesoto, Senegal e Malawi, foram amamentadas exclusivamente por mais tempo quando compradas as famílias onde as rendas estavam acima de dois salários mínimos, as quais praticavam o aleitamento misto.

Estes resultados mostram que o tipo de alimentos consumidos, o número de refeições realizadas pelos AF's assim como as preparações culinárias empregues na alimentação das crianças e adultos desses AF's, apresentam-se fortemente condicionadas pelos recursos, sobretudo financeiros, para o acesso a alimentação adequada, factor este que por sua vez, condiciona o respeito pelas preferências alimentares dos AF's. Giddens (2003) corrobora com estes resultados defendendo que o acesso aos alimentos dependente do acesso aos recursos financeiros para a sua aquisição.

4.2.3.3. Divisão social e distribuição dos alimentos dentro do AF

Os alimentos consumidos pelas famílias são buscados e preparados pelas mulheres, que são donas de casa, mães, as noras e as filhas. Em casos em que as raparigas da família não têm idade que justifiquem o manejo do fogo, ou em situações em que a preferência do chefe de família é que sua esposa prepare os alimentos, estas, participam do processo de busca e pré-preparação das refeições.

“Eu (dona da casa) é que decido e preparo os alimentos, as crianças (meninas) é que vão a procura do que eu recomendo... quando chegam em casa pré-preparam os alimentos, depois eu preparo o ordeno que sirvam... Começamos pelas crianças, porque vão escola, depois é que servem os mais velhos que ficam aqui em casa ou a fazer biscoitos aqui perto... Muitas vezes na hora das refeições não estamos todos em casa, então antes de comermos separamos a comida do papá (chefe de família) só depois é que comemos... quando ele está, servimos a ele e os mais novos em simultâneo, eu e as meninas comemos depois de servirmos a eles... é mais prático, comer depois de terminar as tarefas” (Chefe do AF homem, Mapulangwene).

“As minhas filhas e a senhora é que procuram comida na machamba, mas, muito muito ela, que é quem decide o que vamos comer, como vai na machamba muito cedo aproveitam tirar comida. Depois ela ou as meninas e que preparam e nos servem” (Chefe do AF homem, Motaze).

“Eu (dona de casa) é que procuro a comida, preparo e sirvo as crianças, essas crianças ainda são pequenas, ainda não da para irem no lume, mas me ajudam a tirar a tirar caril na machamba, lavar, moer, pilar e noutras tarefas da casa...” (Chefe do AF Mulher, Panjane).

A distribuição das refeições é maioritariamente da responsabilidade da mulher que prepara a comida. Em 98.5% dos AF's chefiados por homens inquiridos, relatou-se a priorização dos homens sobretudo os chefes de família no momento de distribuição das refeições, uma vez que e os chefes de família são a figura mais importante do AF e por isso, devem ser servidos a refeição ainda bem fresca e as crianças vão a escola e devem se alimentar antes da saída de casa. Contudo, em todas as famílias chefiadas por mulheres, as crianças foram descritas como a prioridade no acto alimentar.

Sobre a ordem ou sequência no acto de servir o alimento, 90% dos AF's chefiados por homens partilharam haver uma ordem fixa no acto de servir o alimento, na qual são prioridade o chefe de família e a seguir as crianças, iniciando-se sempre pelas crianças quando se trata de famílias chefiadas por mulheres, assim como, há partes da comida tidas como específicas para os chefes de família sobre tudo quando se trata das carnes, sendo estas partes, os cortes com mais músculo que osso reservados aos chefes de família, porém reconhecem que uns e outros tem gostos particulares, os quais, a responsável pela distribuição tende a respeitar, sendo que, as escolhas de qualquer membro da família, criança ou adulto, são respeitadas.

“Nossa prioridade sempre é o papá (chefe de família) e as crianças... São sempre os primeiros a comer, e nós (mulheres) é que servimos a eles... é mais organizado assim... também não fica bem nós mulheres comermos antes de servimos aos homens de casa... se nós não o fizermos quem o fará, esse é o nosso trabalho” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

“Sim primeiro serve ao pai se estiver em casa, se não estiver, separo a comida dele que é a mais fresca e guardo, depois sirvo as crianças que vão a escola, depois a nós outros... é assim que sempre fizemos, mesmo eu quando ainda vivia com meus pais fui ensinada assim, damos prioridade ao dono da casa depois servimos os outros, depois que todos tiverem comido, é que senta para comer” (Chefe do AF homem, Motaze).

Os respondentes assumiram que embora todos os membros da família têm o direito de consumir os alimentos disponíveis ou partes deles que sejam da sua preferência na hora em que se sentir confortável (dentro do padrão de fracionamento da família), existem alimentos que são culturalmente proibidos aos membros do sexo feminino. Para 95% destes AF's, o consumo da

carne da cabeça bovina é proibido para as mulheres e raparigas, pois o consumo deste alimento por parte das mulheres é visto como um acto de desrespeito aos homens da casa, segundo alguns entrevistados, as mulheres tornam-se muito espertas e pouco submissas quando consomem esta carne. Adicionalmente, o preparo da mesma é vedado às mulheres pelos mesmos motivos.

“Sim a única coisa que é consumida apenas pelos homens é a cabeça de vaca, nós mulheres e crianças não podemos consumir, é comida só de homens, até eles é que preparam, não nos deixam mexer... mas de resto não nos proibem mais nada” (Chefe do AF homem, Motaze).

“Cabeça de vaca... as mulheres não comem, isso é só para os “provedores” nos (homens) é que preparamos pessoalmente e comemos com os rapazes, as mulheres não podem aproximar nessa panela (risos)... Vocês não podem comer cabeça, se vocês comem quem será o homem da cas?... o problema é que ficam muitos espertos até perdem respeito... aquilo é só para os homens... (Chefe do AF homem, Mapulangwene).

Quando questionados os grupos focais sobre a interferência dos gostos, religião e cultura no aceso alimentar dentro do AF, os GF's de Magude-sede relataram que já houve tempos em que havia muita vedação ao consumo alimentar às mulheres e crianças, pois havia o entendimento de que o consumo de determinados alimentos influenciava a ocorrência dos partos prematuros, da desnutrição infantil ou do aparecimento de seus sinais, adicionalmente, determinados alimentos eram culturalmente associados a virilidade e poder como o caso das vísceras de animais e miudezas de aves, de tal forma que estas apenas podiam ser consumidos pelos membros que ocupassem a posição de liderança na família, no caso os homens. Em famílias onde não existisse a figura paterna, ou um provedor do sexo masculino, estes alimentos não eram consumidos, uma vez que a ideia de que os mesmos só podiam ser consumidos pelos homens já estava enraizada e as mulheres sentiam-se a procurar se equiparar aos homens, caso os consumissem.

Os grupos focais dos restantes postos administrativos partilharam que a vedação ao consumo alimentar já não constituía uma realidade das famílias, porém foi perceptível a indignação dos participantes em relação a mudança dos hábitos, pois acreditam que a nova prática de inclusão dos alimentos proibidos no passado às mulheres e crianças na sua dieta alimentar foi influenciada pelos profissionais de saúde durante as palestras realizadas porta à porta, nas

comunidades ou nas unidades sanitárias. Contudo, estas práticas de ensinamento por parte dos profissionais de saúde não são encaradas de bom agrado por todas as famílias.

“Isso de proibir comer as coisas e coisa de a muito tempo, aqui já não há famílias que vivem assim... muitos faziam isso porque não sabiam que é errado... nos sempre pensávamos que as crianças que nasciam sem cabelo ou prepaturos era porque as mães comiam ovos cozidos e comida de óleo quando estavam grávidas, mas aprendemos que elas deviam comer tudo que os outros de casa comem... os que não comem uma coisa não é porque são proibidos em casa, talvez se na igreja deles não comem ou se a pessoa não quer ou esta doente e no hospital disseram para não comer” (GF Homens, Magude-sede).

“Há muito tempo crianças não comiam qualquer coisa, mulheres pior, quando era carne, uma mulher não comia qualquer pedaço, primeiro servia para o marido a parte que ele gosta, depois aos filhos, aquilo que sobrava era para ela... hoje já não vemos isso, na minha casa por exemplo, eu vejo que os meus filhos e as esposas já não controlam as partes mais importantes que são para os homens, comem de qualquer maneira que eles querem, por isso que os casamentos agora não são de nada... desde que esses activistas do hospital vieram lhes ensinar como as mulheres devem comer para não terem bebe sem peso, ou nascerem antes do tempo, ensinaram que mulher deve comer carne para ter sangue, estão aí, de qualquer maneira, comem moelas, outras mesmo petisco de cabeça comem, mas oh é o tempo de hoje” (GF Mulheres, Panjane).

Os resultados deste estudo assemelham-se a ideia de Montari (2013), segundo a qual a comida é cultura quando consumida, porque os actores sociais não comem qualquer coisa nem de qualquer maneira, mas escolhem a própria comida e a forma como a consome, com critérios ligados tanto às dimensões económicas e nutricionais, quanto aos valores simbólicos de que a própria comida se reveste. Para este autor, por meio de tais percursos, a comida se apresenta como elemento decisivo da identidade humana e como um dos mais eficazes instrumentos para comunicá-la.

O estudo de Souza (2015), também constatou que à semelhança do contexto familiar de Magude, em geral, o papel de gestão de alimentos é atribuído a mulher, incluindo a compra, o preparo ou a divisão de alimentos, pois trata-se de uma divisão sexual do trabalho baseada na cultura. De igual modo, o estudo realizado por Gardin (2016) constatou que na cultura moçambicana, sobretudo nas famílias do Sul do país, as esposas são gestoras e distribuidoras

dos alimentos e refeições, reservando os melhores alimentos para os maridos, incluindo os melhores nacos de carne, as coxas, o peito, a moela, o beef e os ossos gordos com tutano. Essa prática é considerada uma norma social a ser seguida, pois, segundo os costumes, é uma forma de mostrar respeito pelo provedor e /ou respeito á figura masculina. Na perspectiva de Trefry (2014) e Meyer (2019) estas normas sociais e culturais relativas a alimentação são proibitivas para as mulheres, contribuindo desta forma uma barreira para o acesso à alimentação adequada.

4.3. Factores que influenciam o acesso aos alimentos entre os AF's que praticam agricultura familiar de subsistência

Neste ponto serão analisados os factores que influenciam o acesso aos alimentos pelos AF's, entre os quais, o tipo de agricultura praticada, factores ambientais, económicos e socio-antropológicos.

4.2.1. Tipo de agricultura praticada e sua influência no acesso e acessibilidade aos alimentos

Em todos os AF's abrangidos pela pesquisa, os respondentes afirmaram que obtém os alimentos para o consumo a partir da produção agrícola de subsistência. Parte dos alimentos obtidos pelos AF's de todos os postos administrativos provém da compra para o caso dos que não são produzidos pelas famílias, como o óleo alimentar, açúcar, sal e arroz.

Os AF's de Magude praticam uma agricultura de sequeiro, dependente maioritariamente da água da chuva, ou seja, produzem apenas uma vez ao ano. Esta é realizada em pequenas parcelas, as quais são possíveis de serem lavradas pela força de trabalho existente nos AF's. Ademais, o trabalho agrícola destes AF's é realizado em condições precárias onde há fraco ou nenhum acesso a instrumentos e insumos como tractores, água para irrigação, sementes variadas, e outros.

O perfil produtivo do distrito é caracterizado por uma maior produção de alimentos de base sobre tudo o milho e de tubérculos, quando comparado com a produção de hortícolas e frutas. Nos últimos seis anos (2019-2024), este perfil não mostrou uma mudança significativa nos tipos e percentual de alimentos produzidos, internamente, conforme ilustra a tabela abaixo.

Tabela 8. Produção agrícola entre os anos 2022 a 2024 no distrito de Magude

Culturas	2022-2023		2023-2024		III Trimestre 2023 24	
	Area (ha)	Produção (ton)	Area (ha)	Produção (ton)	Area (ha)	Produção (ton)
Milho	14,857.0	9,203.0	14,903.2	9,310.2	14,896.0	9,212.0
Arroz	135.5	312.0	137.0	325.0	137.0	312.2
Total cereais	14,992.5	9,515	15,040	9,635.2	15,033.0	9,524
Amendoim	352.0	257.0	353.2	260.1	352.4	258.0
Feijao nhemba	1,492.0	932.0	1,515.0	938.0	1,523.0	938.0
Feijao jugo	263.5	96.3	267.2	97.4	267.0	97.0
Feijao vulgar	383.0	246.0	387.3	263.3	385.0	249.0
Total Leg.	2,490.5	1,531	2,523	1,558.8	2,527.4	1,542
Batata reno	11.7	332.0	13.4	336.0	13.0	335.0
Batata-doce	484.0	3,484.0	489.0	3,499.8	485.3	3,494.0
Mandioca	145.8	325.0	148.2	328.0	147.0	326.0
Total Tub. e raizes	641.5	4,141	651	4,164	645.3	4,155
Ananas	14.2	94.0	14.2	94.2	14.2	96.0
Caju	3.1	2.14	31.5	21.7	3.2	2.18
Banana	15.4	305.0	15.6	311.5	15.5	308.0
Citrinos	11.8	195.3	12.0	201.3	11.9	196.3
Outras frutas	596.9	3,897.0	599.8	3,932.0	598.0	3,945.0
Total Frutas	641	4,493	673.1	4,561	643	4,547
Tomate	122.8	3,498.0	124.6	3,548.0	123.0	3,512.0
Cebola	230.0	2,832.0	234.0	2,865.0	236.0	2,843.0
Repolho	174.3	2,354.0	174.8	2,452.0	175.0	2,395.0
Pimento	76.3	867.0	79.3	879.0	78.0	873.0
Alho	28.2	211.7	28.7	215.2	28.4	212.5
Pepino	83.8	1,257.0	84.9	1,279.0	84.2	1,264.7
Alface	123.0	973.0	125.0	978.0	124.5	979.0
Couve	134.0	1,482.0	136.0	1,508.0	135.4	1,498.0
Feijao verde	29.8	19.6	30.5	19.8	30.0	19.7
Piri-piri	16.4	76.0	16.8	76.9	16.5	77.5
Beterraba	33.3	449.0	33.8	456.0	33.6	452.0
Cenoura	60.7	523.8	61.9	529.0	61.0	524.6
Outras horticolas	154.3	949.5	157.0	970.0	155.4	951.3
Total - horticolas	1,266.9	15,492.6	1,287.3	15,775.9	1,281.0	15,602.3
Cana-de-acucar	12,985.0	1,151,478.0	13,164.0	1,166,345.0	12,995.0	1,159,847.0
Total - sem cana sacarina	20,032.8	35,173.3	20,173.9	35,694.4	20,129.4	35,371.0
TOTAL	33,017.8	1,186,651.3	33,337.9	1,202,039.4	33,124.4	1,195,218.0

Fonte: Servico Distrital de Actividades Economicas (SDAE) – Magude, 2024.

De acordo com os entrevistados, a maior parte das culturas agrícolas dos AF's são de sequeiro, com produção anual e semestral. Assim, predominam culturas alimentares de base, sendo o milho como único cereal, mandioca e batata-doce entre os tubérculos, leguminosas como amendoim e feijões manteiga e nhemba. Foi possível constatar a produção de vegetais folhosos (verduras), porém em pequena quantidade e uma excasses na produção legumes.

A prática da pecuária também é comum entre os AF, porém em pequena escala sendo que as famílias produzem animais de pequeno porte entre os quais, galinhas e patos, que variam entre cinco a vinte e cinco por família, assim como gado, caprino, suíno e bovino, não alcançando um total de vinte animais por família.

À semelhança deste estudo, os estudos de Macondzo (2016) e de Marassiro *et al* (2021) também constataram que o sector familiar, contínua de subsistência, fortemente dependente da natureza e pouco orientado para o mercado, havendo maior produção de culturas alimentares básicas, as quais ocupam 79% da área total cultivada, 47% são destinados a produção de cereais, 26% de raízes e tubérculos, 18% de leguminosas e 8% por oleaginosas.

4.2.2. Factores ambientais que influenciam o acesso e acessibilidade alimentar

Todos os AF's abrangidos produzem apenas para o próprio consumo, mas tende a haver baixa produção porque as parcelas cultivadas são de pequenas dimensões e dependentes da chuva. Outros factores que influenciam a baixa produção são os factores climáticos, caracterizados por longos períodos de estiagem ou de pluviosidade excessiva. Desta forma, com os baixos níveis de produção os AF's não têm excedentes suficientes para o consumo e comercialização. *“...boa parte da machamba ocupamos com milho, mas também temos caril, essas coisas de verduras assim... Conseguimos produzir porque nossa machamba está numa zona baixa, enquanto a chuva não vem dá para nos alimentarmos diariamente. Só que quando chove perdemos tudo, tal como agora, há muita fome porque a chuva levou tudo” (chefe do AF homem, Mahel).*

“ Se nos tivéssemos como pagar as maquinas que nos ajudam a lavrar a terra, nos ate podíamos conseguir produzir mais comida para comermos o ano inteiro ate sobrar bem, que ate podíamos ir vender em Maputo, mas trabalhando só com as nossas mãos estamos limitados, não conseguimos muita coisa” (Chefe do AF, homem, Mapulangwene).

4.2.2.1. Variação e resistência das sementes aos eventos climáticos

Os participantes relataram que enfrentam dificuldades para o acesso as sementes variadas e resistentes aos eventos climáticos, o que compromete a diversificação da produção, a produtividade e consequentemente o acesso a alimentos variados. De acordo com estes AF's, o difícil acesso as sementes variadas e resistentes, não os permite produzir hortícolas como a beterraba, cenoura, quiabo, batata reno, e outras. Adicionalmente, segundo estes, nos últimos anos não tem havido a produção de amendoim, uma vez que as sementes locais não melhoradas desta leguminosa não suportam o calor intenso que se faz sentir no distrito.

“Sim, a quantidade que produzimos varia...mas parece que cada ano que passa a quantidade que produzimos está a diminuir, mas é por causa das sementes, nossas sementes não aguentam a temperatura que faz agora... so quando conseguimeos comprar aquelas do SDAE é que vale a pena um pouco...” (Chefe do AF Mulher, Magude sede).

“Só produzimos estas coisas por causa da temperatura que é muito forte, as nossas sementes não aguentam. Algumas coisas não saem na nossa machamba, como tomate, cenoura, beterraba, por causa das nossas semente que não aguentam muito calor e muita chuva daqui... mas quando os técnicos do SDAE trazem aquelas sementes deles vale a pena um pouco, mesmo quando faz calor da para aproveitar alguma coisa” (Chefe do AF Mulher, Magude sede).

“Produzimos pouco por causa das sementes que não aguentam o calor... por exemplo, amendoim não tivemos as duas últimas vezes que plantamos, não saiu nada, mas foi por causa do calor que era muito forte...” (Chefe do AF homem, Motaze).

“Nos últimos anos não sai quase nada porque não temos boa semente, amendoim é pior... nestes últimos anos faz muito calor e aquela semente não aguenta, queima tudo e ficamos mal, muito mal mesmo” (Chefe do AF homem, Panjane sede).

Entre os grupos focais, existiam membros de associações agrárias que recebiam apoio directo a partir de ONG's para a produção agrícola de subsistencia. Estes reforçaram o posicionamento dos AF's, acrescentando a importância dos projectos de desenvolvimento que tem sido implementado no distrito pela sociedade civil, ONG's e OCB's, os quais nas suas ações incluem a distribuição de sementes.

O problema da semente é muito preocupante para nós, nestes últimos dois anos temos produzido muito pouco, tanto na associação como nos nossos campos individuais, associação recebia boa ajuda da UNAC entre 2019 e 2020, nos ensinavam a produzir mais do que as coisas que nos produzíamos antes das ajudas, aprendemos a fazer estrume e remédios naturais para a comida que produzíamos, nos davam boa semente que pegava bem mesmo com calor e até nos ensinaram a guardar a semente para não ser atacada por bichinhos e ficar bem conservada até quando quiséssemos usar... está a ver ali naquela casinha, onde está o tanque de água? Tínhamos muitas sementes, até eles deram nome de “banco de sementes” a casinha. Com a semente que temos agora, a comida não sai bem como dantes, também agora conseguimos pouca porque não temos dinheiro para comprar muita e mesmo essa pouca queima com sol ou morre com a chuva... Por isso agora há muita fome (GF Mulheres, Magude-sede).

Os actores-chave acrescentaram que as mudanças climáticas têm afectado bastante na produção e produtividade agrária no distrito. Segundo estes, o calor intenso e as inundações que têm ocorrido na província de Maputo nos últimos anos, têm sido desafiadores, pois estes eventos climáticos contribuem para muitas perdas da produção antes da colheita e por este motivo, muita fome no distrito.

De 2020 para cá temos registado um aumento significativo da pluviosidade, em 2021 e 2022 a situação de SAN das famílias esteve bastante afectada devido as inundações severas que ocorrerem, o acesso aos alimentos através da produção esteve bastante afectado. Nos dias de hoje há um grande desafio vivido pelas famílias locais, que é o acesso a sementes variadas e resistentes aos eventos climáticos que se fazem sentir, infelizmente, muitas famílias têm de enfrentar a fome devido as perdas da produção muito antes da colheita, a chuva e o calor destes anos tem sido traumáticos. (Actor-chave, ATAP).

O estudo de Dzucule (2021), também constatou que os produtores de subsistência do norte de Moçambique apresentavam acesso e uso limitado de sementes melhoradas devido a elevado custo para os AGF's, pelo que são raramente utilizadas, o que causou a baixa produtividade, fraca diversificação de culturas e consequentemente insegurança alimentar, tal como se assiste na realidade de Magude. Contudo, o estudo de Silva *et al.* (2023) mostrou no Brasil, que apesar do uso das sementes variadas e resistentes a mudanças climáticas na produção de subsistência, as famílias continuaram a experimentar a fraca produção agrícola devido a contaminação da

terra decorrente do uso excessivo de agrotóxicos, revelando assim que, as sementes resistentes não são em si o único factor determinante da produção e produtividade agrícola.

Os AF's de Magude relataram que a escassez de recursos financeiros não lhes permite adquirir com frequência e facilidade a água para rega e outros insumos que incrementem a produção e produtividade em seus campos. A produção agrícola de hortícolas requer água em abundância para a rega, a qual é escassa para a maioria dos AF's do distrito, excepto para os que residem em zonas baixas, onde os AF's constroem represas artesanais em áreas próximas aos rios como o caso de Motaze ao longo do Rio Mazimuchope, ou para os que tem capacidade financeira para pagar aos fornecedores privados do líquido. O encarecimento dos insumos para produção familiar, veda aos AF's da possibilidade de aceder as hortícolas variadas para o consumo através da produção familiar.

“As vezes e por causa das sementes, nem sempre temos, as vezes conseguimos comprar pouca noutras vezes não conseguimos nada, assim não tem como sair igual em todos os anos” (Chefe do AF Mulher, Mahel).

“O problema é dinheiro... se tivéssemos íamos pagar para puxar água até na nossa machamba, pagar trator para ajudar a preparar a terra, mas não temos condições, nem sementes não conseguimos comprar para esse campo todo...” (Chefe do AF Homem, Mapulanguene).

Estes resultados são similares aos constatados no estudo de Cunguara e Garrent (2014) os quais revelaram que a produtividade agrária em Moçambique continua baixa e com tendência decrescente. Para estes autores, a Baixa produtividade agrícola está relacionada com vários factores, tais como o fraco investimento na agricultura, baixo uso de tecnologias melhoradas que inclui a semente e insumos de trabalho, a distribuição irregular das chuvas assim como o fraco aceso e acessibilidade da água para irrigação. Outros estudos constaram que varias barreias, tais como a escassez, falta de racionalização e elevado custo de água para a agricultura (Gomes, 2019), e falta de selecção e variabilidade de culturas agrícolas (Uandela, 2012).

Os resultados dos grupos focais mostraram que os participantes estão indignados em relação ao impacto negativo da redução do apoio das organizações não-governamentais na provisão de insumos de trabalho para a produção agrícola. Estes reafirmaram a fraca capacidade económica das famílias para o acesso a sementes variadas de hortícolas assim como para a aquisição de água ou manutenção dos equipamentos das fontes de água disponíveis.

“Comidas como repolho, abóbora, quiabo, pepino, não plantamos porque não ha agua... nos usávamos água do furo que o projecto veio reabrir para a associação... esse projeto também nos dava sementes e nos ensinava como produzir sem medicamentos aqui nos nossos campos... Só que quando eles abriram aquele furo disseram que nos que usamos a agua devemos pagar e que aquele dinheiro ia nos ajudar a pagar o combustível da bomba e a pagarmos a reparação quando a bomba avariar, mas agora que o projecto acabou, nem todos pagam, porque dinheiro não temos, agora todos que usávamos aquela agua produzimos para comer, já não vendemos nada, dinheiro vamos apanhar aonde?... Com tempo a bomba queimou, já não puxa água, ninguém consegue dinheiro para reparar aquilo... Voltamos a produzir nos nossos campos de sequeiro só, hortícolas já não temos” (GF Mulheres, Magude-sede).

Segundo a ATAP, organização que implementam projectos nas áreas de SAN no distrito, as ações desenvolvidas pelas diferentes organizações tendem a ser complementares. Neste contexto os projectos da área de agricultura incluem linhas de acção diferentes, procurando garantir a sustentabilidades da prática agrícola das famílias ou associados, mesmo em contextos em que as organizações se retirem das áreas geográfica.

“E incomum que nos nossos projectos, sejam realizadas actividades de fomento ou doação de insumos agrícolas apenas. As famílias são capacitadas em técnicas de produção agraria mas também, são constituídos e capacitados grupos de alfabetização, poupanças comunitárias, gestão de recursos naturais e outras matérias transversais à SAN, de forma que estes beneficiários, ganhem independência financeira, gerem e saibam gerir os seus rendimentos de forma autónoma e tenham habilidades para prosseguir com a prática agrícola a bom nível mesmo apos o fim dos projectos” (Actor-chave, AMDEC).

Para os actores-chave, os AF's dos distritos tendem a se tornar cómodos às doações, de tal forma que estes esquecem-se que os projectos são findáveis e as ajudas também. Várias vezes as famílias enfrentam dificuldades para acesso aos meios de produção devido a esta dependência supostamente ilusória, por elas criada.

“As famílias gostam de receber ajudas. Várias organizações implementam projectos de geração de renda para as famílias e associados, mas, falta o espírito empreendedor e multiplicador, os lucros são várias vezes usados para a alimentação, reabilitação das casas, aumento do gado e outros. Entre 2021 a 2023 reabilitamos nove fontes de água e abrimos três aqui em Magude-sede, para a produção agraria e ainda oferecíamos regularmente sementes

variadas. Houve muita produção e foram criadas grandes oportunidades de negócios, mas as famílias beneficiárias recusavam de usar os rendimentos da comercialização para o abastecimento de combustível para a bomba de água até mesmo para a reparação de pequenos equipamentos obsoletos, mesmo que custassem cem meticais, as famílias queriam que nos, a organização que montou o equipamento, tomasse conta” (Actor-chave, ROSA).

O fenómeno da comodidade das populações em relação às doações no âmbito dos projectos de desenvolvimento foi também discutido por Howard *et al.* (2021), que identificou a insustentabilidade dos programas que prevêm a oferta de insumos para o trabalho agrícola em Moçambique, porque algumas ONG's distribuíam sementes nos períodos de emergência e crises, mas após esse período, as mesmas ONG's passaram a comercializar as sementes melhoradas aos produtores. Facto similar ao que se constatou em Magude, onde os insumos de produção foram oferecidos nos contextos do covid-19 e após as inundações a oferta gratuita foi descontinuada, embora em Magude estes não passaram a ser comercializados pelas mesmas ONG's (Howard *et al.*, 2021). Adicionalmente, outro estudo constatou que as doações de instrumentos e insumos de eram insustentáveis em Moçambique porque não garantem sustentabilidade das actividades (Adam *et al.* 2018).

4.2.2. Factores económicos

As resultados do QFA indicam que 87.5% dos AF's tem baixa renda, pois os chefes dos AF's não tem emprego fixo e vivem da realização de actividades cuja remuneração não alcança o salário mínimo, como o caso do corte de lenha para a produção de carvão vegetal, corte de capim e rega em farmas, venda de bebidas tradicionais e em alguns casos, agente para as carteiras de telefonia móvel. Apenas 7.5% tem salário mínimo, em particular aqueles que trabalham no Aparelho do Estado e, somente os restantes 5% tem salário igual ou superior a 15.000 mzn, entre os quais se destacam aqueles que trabalham na África do Sul. Estes últimos têm uma renda mensal melhorada quando comparada com as famílias cujos membros trabalham localmente.

Os AF's relataram o difícil acesso ao dinheiro como um dos principais entraves no acesso aos alimentos, uma vez que o processo de aquisição da comida, de qualquer forma está condicionado em primeira instância, pelo acesso ao dinheiro. De acordo com os participantes, a baixa renda destas famílias tem condicionado o acesso a comida através da prática agrícola uma vez que os insumos para a produção são caros, incluindo a água para a rega e as sementes

melhoradas o que perpetua o não uso de tecnologias agrárias que garantam uma melhor produtividade. Em apenas um AF's onde a renda estava acima dos quinze mil meticais, houve relato da compra de sementes melhoradas e diversas, assim como o acesso a água para a rega uma vez que a família tinha como propriedade um furo de água localizado no seu campo de produção, o que garantia uma maior produtividade incluindo a pecuária.

Os AF's participantes da pesquisa operam em áreas que variam entre meio á quatro hectares, sendo que os AF's com parcelas maiores que dois hectares tendem a ser as com melhores rendas, entre os oito aos mais de quinze mil metizcais. Importa salientar que existe igualmente, cinco AF's não conhecem a área da sua machamba, conforme ilustrado a seguir, no quadro 2.

Quadro 2. Área da machamba e rendas dos AF's

P.A	Área da Machamba	Renda mensal dos AF's (mzn)					Total
		Até 800,00	Até 1200,00	Até 2000,00	Até 8000,00	Até 15000,00	
M. Sede	Não sabe	1	0	0	0	0	1
	Até 0.5 ha	0	0	1	0	0	1
	0.5 - 1ha	0	0	2	0	0	2
	1ha - 2ha	0	0	0	2	0	2
	> 2ha	0	0	0	0	2	2
Sub-total		1	0	3	2	2	8
Motaze	Não sabe	1	1	0	0	0	2
	Até 0.5 ha	2	0	0	0	0	2
	0.5 - 1ha	1	1	2	0	0	4
	1ha - 2ha	0	0	0	0	0	0
	> 2ha	0	0	0	0	0	0
Sub-total		4	2	2	0	0	8
Panjane	Não sabe	1	0	0	0	0	1
	Até 0.5 ha	2	0	0	0	0	2
	0.5 - 1ha	2	3	0	0	0	5
	1ha - 2ha	0	0	0	0	0	0
	> 2ha	0	0	0	0	0	0
Sub-total		5	3	0	0	0	8
Mahel	Não sabe	0	0	0	0	0	0
	Até 0.5 ha	0	0	0	0	0	0
	0.5 - 1ha	2	1	1	0	0	4
	1ha - 2ha	0	0	3	0	0	3
	> 2ha	0	0	0	1	0	1

Sub-total		2	1	4	1	0	8
Mapulanguene	Não sabe	1	0	0	0	0	1
	Até 0.5 ha	0	0	0	0	0	0
	0.5 - 1ha	2	1	0	0	0	3
	1ha - 2ha	0	3	0	0	0	3
	> 2ha	0	0	0	1	0	1
Sub-total		3	4	0	1	0	8
Total de AF's entrevistados							40

4.2.2.2. Disponibilidade financeira do AF para a aquisição de alimentos para o consumo

Os preços dos alimentos nos mercados locais variam de acordo com a localização do Posto Administrativo, de tal forma que, entre os postos mais distantes da vila a comida tende a ser mais cara, por exemplo o saco de arroz comprado a 750 meticais na vila do distrito, no posto administrativo de Mapulangwene chega a custar perto de 1000 meticais. O preço elevado deve-se aos custos de transporte assumidos pelos comerciantes, os alimentos tornam-se mais caros no interior do distrito. O agravamento destes custos está associado ao estado de degradação das vias de acesso no distrito, as quais são inviáveis, maioritariamente de terra batida, por vezes intransitáveis na época chuvosa. As despesas de combustível e manutenção das viaturas de transporte privadas também encarecem as viagens dos passageiros assim como o preço da carga que estes possuem, alguns dos quais comerciantes. Consequentemente, os preços dos produtos comercializados nestes mercados locais são mais altos quando comparados aos preços dos mesmos alimentos na vila.

Mesmo que os AF's residentes nos postos mais distantes optem pela compra dos alimentos na vila, o valor a ser pago continua alto, uma vez que estes são desafiados a arcarem com as despesas de transporte do comprador e da carga em causa, que variam de local a local, sendo que apenas o transporte pode atingir um total de 600mzn de ida e volta para o posto administrativo mais distante ou a realizarem as compras nos mercados mais próximos as suas residências pagando valores muito elevados e, ou reduzindo as quantidades de produtos comprados neste ponto, como forma de racionalização do dinheiro disponível na família.

“Compramos as coisas aqui na zona, porque na vila e distante o dinheiro que pagaria no chapa para levar a mim e a comida que comprei, compraria outras coisas, o dinheiro é apertado tenho que saber gerir...” (Chefe do AF Mulher, Mahel).

“Só posso comprar aqui mesmo na zona, porque estaria a gastar outro dinheiro de chapa e de alugar carrinhas para chegar até aqui em casa, esse dinheiro é que dá para economizar e comprar sabão e outras coisas” (Chefe do AF Mulher, Magude-sede).

O estudo de Tavares e Silva (2018) também teve resultados semelhantes a este estudo. O mesmo constatou que o aumento dos preços dos alimentos devido as mudanças climáticas que condicionavam a produção agrícola, assim como a dificuldade de escoamento dos produtos devido ao estado degradado das vias de acesso, propiciaram a redução do poder de compra das famílias da região interior de São Paulo, o que ocasionou um défice no consumo alimentar das famílias pobres da região.

Outro estudo similar de Braga (2020) em Amazonas no Brasil, concordou que em áreas rurais, os preços dos alimentos são bastante flutuantes e condicionados pelo estado das vias de acesso. Segundo os resultados do mesmo, os alimentos de primeira necessidade como alimentos de base e peixes que são a base da alimentação local, são comprados no centro da cidade pelas famílias, uma vez que neste ponto os produtos alimentares são mais acessíveis quando comparado com o interior das comunidades.

Diferente do constatado em Magude, o estudo de Braga (2020) apontou que embora as vias de acesso estejam degradadas o que propicia o agravamento dos preços dos alimentos nas regiões do interior, as famílias têm facilidade para deslocar-se para o centro da cidade e realizarem as compras pois as alternativas de transporte de passageiros (e pouca carga) são várias.

A prática do comércio de alimentos no interior do distrito assim como a diversidade dos alimentos comercializados nestes pontos é baixa havendo pouca oferta. De acordo com os AF's entrevistados, a disponibilidade de alimentos na vila do distrito é variada, com diversidade de opções de compra de acordo com a procedência do produto ou marca do mesmo e neste ponto os alimentos são relativamente mais acessíveis.

As famílias com rendas entre oito a quinze mil meticais, ou seja 2% dos AF's inquiridos, afirmou fazer uma ou mais visitas à vila do distrito mensalmente para a realização das compras de alimentos. Por sua vez, os restantes 98.3% dos AF's que vivem de ganho-ganho, obtendo rendas mensais entre 800 a 2000 meticais, afirmaram realizar as compras localmente, devido aos custos de transporte até a vila, para além de que o número de bens adquiridos por estas famílias é relativamente menor pela indisponibilidade financeira destas, devendo equacionar

com exatidão todos os custos associadas as compras alimentares e também, para que consigam incluir nas despesas mensais outros bens ou serviços necessários a sobrevivência da família.

“...compramos aqui na zona... mais, mais compramos arroz, acucar, óleo; essas coisas para garantir o mes... compramos aqui porque o transporte até a vila é caro esse 120 de ida volta é muito... (Chefe do AF Homem, Motaze).

“Compramos na Vila, os preços são mais acessíveis e vamos uma vez por mês. Aqui na zona a comida é cara os donos das mercearias compram a comida lá na vila, de lá para aqui e longe, o combustível gasta dinheiro, a estrada e essa que está esborracada e estraga muito os carros... assim, eles têm que pagar o transporte e a carga que levam, por isso chegam aqui e aumentam muito o preço da comida.” (Chefe do AF Homem, Panjane).

“Não, aqui normalmente não vendem muitas coisas como carnes, leite, queijo nunca vi aqui, mesmo o arroz aqui não tem muitas marcas só na vila é possível encontrar...” (Chefe do AF Mulher, Mapulangwene).

“aqui nestas barracas não vendem muita coisa...também as marcas não são muitas, por exemplo arroz, aqui apanha uns dois ou três tipos diferentes mas lá na vila apanha muitas marcas com preços bons... Coisas como cenoura beterraba, carne, não vendem, para apanhar tem que apanhar chapa ir a vila lá tem muitas coisas... nós vamos uma vez por mês comprar as coisas que não podem faltar, arroz, óleo essas coisas, não compramos tudo que precisamos porque não temos dinheiro...” (Chefe do AF homem, Motaze).

O estudo de Silva *et al.* (2015) constatou que à semelhança dos resultados deste estudo, as famílias de baixa renda da região rural de Ribeirão Preto no Brasil, fazem comprar mensais suficiente para o consumo durante o mês inteiro ou mais, pois estas são realizadas no centro da cidade, onde os produtos alimentares são economicamente acessíveis. Tal como mostram os resultados desta pesquisa e de Cunguara (2021) o acesso aos alimentos em alguns distritos de Moçambique, é condicionado pela falta de estradas, o que dificulta o acesso e circulação de bens e mercadorias alimentares e influencia o elevado custo de comercialização. Adicionalmente, o estudo de Matusse (2024), também concorda que os preços de alimentos no norte do país variam de mercado para mercado em função dos custos associados a sua aquisição, transporte, conservação, relação entre oferta e procura, entre outros factores.

Os AF's relataram que a renda mensal também interfere na diversificação das compras alimentares, uma vez que são priorizados os alimentos de base, leguminosas e outros alimentos que garantam saciedade, os vegetais são adquiridos da produção familiar ou nas machambas dos vizinhos e as carnes através da caça, sendo que este último, não foi mencionado pelas famílias chefiadas por mulheres. Importa referenciar que os alimentos protetores acedidos pelos AF's são na sua maioria os vegetais folhosos como as folhas de feijão nhemba, folhas de abóbora, folhas de mandioqueira, folhas de batata-doce, gucha entre outros, não incluindo variedade e legumes e as frutas.

“...a coisa que não pode faltar e a farinha, açúcar e óleo, o resto phandamos, se apanhamos, apanhamos se não oh... pelo menos apanharmos xima para encher a barriga, se não temos caril podemos acompanhar com chá e dormir com o estomago asegurado.” (Chefe do AF homem, Motaze).

“Não da para comprar tudo o que precisamos, ajeitamos para não morrermos de fome, há coisas que não compramos como carnes, leite ovos, frutas... ah essas coisas não, sai muito caro” (Chefe do AF homem, Panjane).

Um estudo semelhante (Drewnowski, 2014) constatou que as famílias que auferem baixos rendimentos tendem a comprar menos frutas e vegetais e a comprar alimentos de elevada densidade energética, o que concorre para o consumo de alimentos de elevada densidade energética que fornecem grande quantidade de energia a um baixo custo. Outro estudo similar (Claro et al. 2017), assim como os resultados deste estudo, indicam que os fatores econômicos (preço e a renda) têm um papel relevante na escolha dos produtos alimentares consumidos pelos AF's.

Os resultados dos GF's, revelam que a dificuldade de acesso a alimentos protetores diversos persiste, sendo que os GF's da vila sede do distrito partilharam que para as famílias residentes nesta área, o acesso às hortícolas é facilitado pelas feiras agrícolas realizadas pelo SDAE e parceiros semanalmente, as quais possibilitam a exposição e compra dos produtos das associações assim como dos comerciantes de outras partes da província. Nestes eventos os produtos agrícolas, são comercializados a preço relativamente baixo o que possibilita as famílias de adquirirem os alimentos protetores diversos, porém este relato não foi partilhado pelas famílias do interior do distrito, as quais mostraram alguma dificuldade para participar das feiras agrícolas realizadas na vila, devido aos custos de transporte envolvidos.

“Nós daqui como não produzimos muito essas comidas, por causa da semente e água que não temos bem, conseguimos comprar um pouco, lá nas feiras que são feitas na vila... aqueles que compram comida na cidade para revender aqui, também participam das feiras e vendem essas coisas de pepino, cenoura, beterraba, batata, e as famílias que conseguem dinheiro, aproveitam comprar lá...” (GF mulheres, Magude-sede).

“... quando a associação ainda recebia ajuda do projecto, conseguíamos ter essas comidas e também organizavam feiras agrárias aqui na zona ou lá na vila, nos levavam para lá, todos vendíamos e também conseguíamos comprar produtos de outras associações ou famílias... ainda fazem as feiras noutras zonas e lá na vila, mas já não temos apoio para transporte para ir vender nossas coisas e muitos de nos não temos dinheiro para comprar o que vendem lá... por isso que já não conseguimos apanhar essas coisas de pimento, feijão-verde, aqui são poucas pessoas que produzem...” (GF homens, Panjane)

O estudo de Triches (2015) corrobora com os resultados deste estudo, afirmando que o custo da produção agrícola familiar não é compensado devido aos baixos preços de venda dos produtos agrícola. Por sua vez, Buainain (2023) concorda com Triches (2015) afirmando que a renda gerada na agricultura familiar em Aracacuara no Brasil é baixa e insuficiente para a aquisição de alimentos não produzidos localmente, para o consumo próprio.

Parte dos AF's abrangidos pela pesquisa são produtores pecuários de pequeno ou grande porte e, maior parte deles relatou aceder aos alimentos deste grupo para o consumo exclusivamente através da caça, dificilmente os AF's acedem aos produtos pecuários para o consumo através da produção familiar ou da compra, uma vez que segundo eles, esperam multiplicar o número de animais da produção doméstica para uma futura comercialização que vá garantir o aumento da renda familiar e a compra acareta um maior gasto de dinheiro, assumindo desta forma a compra da carne como capricho. Os AF's que acedem as carnes para o consumo através da compra, o fazem com pouca frequência, podendo ser trimestral, semestral anual ou em contexto de festividades. Apenas os AF's que residem próximo aos rios Massitonto em Panjane e Uanetze em Mapulanguene relataram que acedem aos produtos pesqueiros para o consumo, sendo que cada AF pesca nestes rios, a quantidade suficiente para o consumo familiar.

“Comemos carne de caça, cada família vai atrás da carne que quer, lá no mato... ou vamos ao Uanetze procurar peixe... quem vive perto do rio, tem essa vantagem. (Chefe do AF homem, Mapulangwene).

“...Carne pior e cara, quem quer vai ao mato caçar” (Chefe do AF Mulher, Panjane).

“Há muita coisa que não compramos porque não temos dinheiro... mesmo o que compramos não chega para nós, agora, imagina coisas de capricho... Carne, leite ovos, manteiga, queijo, batata é capricho, não conseguimos” (Chefe do AF homem, Motaze).

“Essas coisas de carne, manteiga, leite, não compramos é capricho, quando muito, vamos no mato caçar a carne que queremos ou no rio, as vezes também pescamos quando temos saudades de peixe... mas comprar ou comer essa carne daqui de casa, nada... esses animais um dia vão nos dar dinheiro, por exemplo aquelas galinhas quando já forem muitas, vão nos dar ovos para vendermos, queremos que elas aumentem para conseguirmos alguma coisa... por isso não podemos comer nada aqui...” (Chefe do AF homem, Mahel).

“... peixe as vezes compramos mas é raro, pode passas meses sem comprarmos, talvez compramos uma vez em cada três ou quatro meses, depende do dinheiro que conseguimos nesse mês... carne pior, hah so compramos durante as festas porque nessa época alguns vizinhos aqui abatem os animais nessa época, se for boi que é grande eles vendem para nos os vizinhos para não apodrecer, aproveitamos e compramos a um preço razoável porque eles querem despachar...” (Chefe do AF mulher, Mapulanguene).

Um estudo realizado por Cunhete (2015) no sul do país concluiu que a venda de produtos pecuários e agrícolas são as principais fontes de renda dos agregados familiares, seguida da venda de carvão, realidade contrária a apurada neste estudo, uma vez que 98% dos AF's de Magude mostraram obter a renda mensal através de pequenas actividades comerciais ou de prestação de serviços domésticos ou a farmas de terceiros. À semelhança deste estudo, o estudo de Boogaard (2015), no distrito de Inhassoro, também constatou que os AF's criavam aves e gado em pequena escala para a geração de renda para emergências como a escassez de alimentos e cuidados de saúde da família assim como para o consumo da carne apenas em algumas ocasiões especiais durante o ano, como a quadra festiva em Dezembro, cerimónias tradicionais e aniversários.

Para alguns participantes dos grupos focais, a fraca distribuição da rede eléctrica assim como a fraca capacidade financeira para o pagamento da energia impossibilita as famílias de obterem alimentos de origem animal, pois estes precisam ser armazenados em aparelhos frigoríficos. Segundo estes, as famílias com maiores rendas são as que conseguem comprar congeladores para armazenar a comida, assim como tem melhores oportunidades para a prática do comércio

local, para além de conservar os alimentos para o consumo familiar, também vendem à retalho para a vizinhança. Para as famílias, comprar alimentos deste grupo em pequenas porções, para cada dia de consumo é muito caro. Por isso, a compra das carnes, peixes e mariscos é limitada.

“As familiares que conseguem mais dinheiro conseguem comprar mais comidas diferentes, mas também tem facilidade porque essas famílias conseguem comprar congeladores que funcionam com bateria ou tem painéis solares, esses compram peixe e guardam em casa, comem ou vendem para nos também, mas não é fácil conseguir dinheiro para comprar carapau com esse nosso tipo de trabalho, nos comemos mais comidas que produzimos do que comprada porque não temos dinheiro mensalmente para comprar comida, aqui não há emprego não há nada...”
(GF homens, Mahel).

Os dados da FinScope Survey (2012), mostraram que a expansão da energia eléctrica no meio rural é fundamental para alimentar e mecanizar os processos agrícolas ao longo da cadeia de valor ou seja, produção, colheita, armazenamento pós-colheita, transformação, conservação e comercialização. De acordo com o relatório, entre os benefícios trazidos pela energia eléctrica no meio rural, constam a prática do comércio doméstico ou instalação de barracas de venda de produtos alimentares e outros como as bebidas alcoólicas e refrigerantes.

Estes resultados asselem-se ao estudo de Salgado e Dias (2013) realizado no Brasil, que constatou que o acesso a energia eléctrica melhora o acesso alimentar e a renda das famílias, pois esta, possibilita a posse e uso cotidiano de diversos eletrodomésticos pelas famílias, como aparelhos de congelamento, os quais são usados para a conservação de alimentos de consumidos ou comercializados pela família.

Este estudo indica que os gastos com a alimentação variam de valores abaixo de 1200 a 12.500 mzn mensalmente, quanto maior a renda da família, maiores são os gastos com a alimentação da mesma. A fração de AF's que gasta mensalmente abaixo de 1200 meticais é a que não sabe com exatidão quanto gasta com a alimentação durante o mês, uma vez que as suas rendas são muito baixas e variáveis. Conforme ilustrado no quadro 3 abaixo, foram boa parte dos AF's entrevistados não souberam estimar o quanto é gasto mensalmente com as suas despesas alimentares, pelo facto de não possuírem uma renda mensal fixa, sendo que nestas famílias a renda não supera os 800 meticais por mês, advindos da execução de pequenas actividades realizadas ocasionalmente, conforme ilustrado no quadro 1. Desta forma, as famílias realizam as compras semanal ou diariamente, caso consigam realizar alguma actividade remunerada

nesse período. O tipo e quantidade de alimentos adquiridos mensal ou semanalmente por estas famílias variam e o dinheiro gasto para a sua aquisição é desconhecido, uma vez que não é calculado pela família. Para estas famílias é comum a compra dos alimentos em quilogramas ou em medidas caseiras, sobretudo dos cereais, açúcar e óleo.

“Não sei quanto gasto por mês, porque o que compro depende do dinheiro que tenho nessa tal semana... como não trabalho, so faço biscatos as vezes quando consigo, numa semana posso conseguir até 200 meticais, com esse dinheiro não dá para fazer as compras de uma vez no final do mês, compro pouco pouco quando o dinheiro aparece. As vezes vem dinheiro que dá para comprar 5 kg de farinha, noutras semanas só consigo comprar em pucares ou pesar nos sacos quantidade para comer nesse dia.” (Chefe do AF homem, Panjane).

“ Não sei dizer quanto gasto no mês, porque o dinheiro não chega todo de uma única vez, faço pouco a pouco, por isso a comida também compro pouco a pouco, a maioria das coisas que comemos vamos buscar na machamba... Óleo que não produzimos compro aqui nas bancas, medem pouco pouco, compramos do dinheiro que temos, se é 20, 30, 50 depende. As vezes consigo caldo para a comida ter outro sabor, mas compro um pacote nesse dia, não sei por mês compro quantos pacotes” (Chefe do AF Mulher, Mapulangwene).

Quadro 3. Renda e despesas alimentares

P.A	Renda mensal dos AF's (mzn)					Despesas alimentares mensais (mzn)
	Até 800	Até 1200	Até 2000	Até 8000	Até 15.000	
M. Sede	1	0	0	0	0	Não sabe
	0	0	3	0	0	~ 1200
	0	0	0	2	0	3500
	0	0	0	0	1	Até 5500
	0	0	0	0	1	12.500
Sub-total	1	0	3	2	2	8
Motaze	4	2	1	0	0	Não sabe
	0	0	1	0	0	~ 1200
Sub-total	4	2	2	0	0	8
Panjane	5	2	0	0	0	Não sabe
	0	1	0	0	0	~1200
Sub-total	5	3	0	0	0	8
Mahel	2	1	1	0	0	Não sabe
	0	0	3	0	0	~ 1200

	0	0	0	0	0	3500
	0	0	0	1	0	Até 5500
Sub-total	2	1	4	1	0	8
Mapulanguene	3	2	0	0	0	Não sabe
	0	2	0	0	0	~ 1200
	0	0	0	1	0	Até 5500
Sub-total	3	4	0	1	0	8
Total	15	10	9	4	2	40

Quanto ao tipo, quantidades e periodicidade da aquisição dos alimentos, várias famílias indicaram a realização de compras de alimentos julgados indispensáveis para elas, entre os quais o arroz (10 a 25kg), farinha de milho (12.5 Kg), feijão (2 a 4Kg), amendoim, óleo (1 a 5L), açúcar (1 a 4 Kg) e caldo em pó (unidades á uma embalagem), sendo estes adquiridos mensalmente. As famílias com as rendas mais altas, incluíram na lista de compras mensais a cebola (5 a 10kg) folha de chá, leite condensado (1 lata) e peixe carapau (2 a 10 Kg) e massa. Para estas famílias a quantidade de alimentos comprados para o consumo nem sempre é suficiente, sendo frequente que estes acabem antes do final do mês, encontrando na produção própria a compensação, embora os excedentes de produção também não sejam suficientes.

“Depende dos meses e do dinheiro que consigo, mas normalmente compro 10Kg de arroz, feijão 3Kg e 1Kg de açúcar... o arroz por exemplo compramos 10Kg para sete pessoas, não chega para todo mês, por isso temos que lutar para conseguirmos ter milho na machamba” (Chefe do AF Mulher, Motaze).

“Por mês compro 25kg de arroz, 5L óleo, cenoura, peixe carapau, sal, 2kg de açúcar, meio saco de cebola, 1 caixa de massa 400, pacote de caldo em pó...” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

“Farinha de milho depende do dinheiro que consigo, as vezes compro 25 kg, as vezes 12.5kg; 3kg de açúcar, 2l de óleo, sal, caldo compro por dia. Essa comida que compro e so para reforçar as coisas que conseguimos na machamba, porque se dependêssemos so do dinheiro íamos morrer...” (Chefe do AF homem, Magude-sede).

Os resultados das entrevistas semi-estruturadas revelam que, tanto através da produção como da compra, os alimentos adquiridos pela família não são suficientes. Os alimentos produzidos em sequeiro acabam antes da época da colheita da campanha seguinte, após a colheita dos

produtos de sequeiro as famílias consomem os alimentos por dois a quatro meses, sobrando ainda muito tempo para terem a próxima colheita, assim, estas são desafiadas a comprar este tipo de alimentos. Quando comprados, os alimentos raramente são suficientes para o mês inteiro, sendo que os consomem em duas ou três semanas, até antes do final do mês as famílias devem adotar outras estratégias de sobrevivência.

“O que plantamos em cada campanha nunca é suficiente, até ao meio dessa época, temos que comprar a comida, o milho é que resiste um pouco, dá para puxar até mais ou menos o meio da campanha, mas feijão, amendoim ah... Compramos quando conseguimos nesse mês” (Chefe do AF homem, Panjane).

Não, a comida não é suficiente para o ano inteiro, ficamos com ela por uns 4 meses no máximo, não mais que isso. Quando acaba comida temos que adaptar, comprar se tiver dinheiro, ir no mato procurar qualquer coisa ou pedir nos vizinhos...” (Chefe do AF mulher, Mahel).

O estudo de Devesse (2015) realizado com AF's agrícolas de Moamba entre 2010 a 2014, apresentou resultados diferentes deste estudo, constatando que os AF's, dispunham de reservas alimentares que fossem até a colheita seguinte, e a maioria dos AFs afirmou que não usou estratégias de sobrevivência e não precisou receber assistência alimentar no período em análise entre 2010 a 2014 uma vez que em períodos de baixa produção os AF's recorriam aos mercados para a aquisição dos alimentos e outros produtos de primeira necessidade.

Entretanto, outro estudo realizado no distrito de Meconta na província de Nampula, constatou que à semelhança deste estudo, as reservas alimentares da maior parte dos agregados familiares (acima de 50%) tinham a duração de 1 a 3 meses não sendo suficiente para o consumo até a próxima colheita. O mesmo estudo constatou que diferente da realidade de Magude a cultura mais produzida e que mais tempo durava nos celeiros após colheita foi o amendoim, em relação as demais culturas importantes como milho, mandioca e mapira (Gomate, 2022). A demais resultados similares foram constatados pelo SETSAN (2021), os quais mostram que a duração de reservas alimentares mais observada nos agregados familiares a nível do país, entres os anos 2010 a 2020, foi de 2 a 3 meses.

Os participantes da pesquisa relataram que embora experimentassem a fome devido a baixa produção e a falta de dinheiro, nos últimos dois anos (entre 2022 e 2024) não houve assistência alimentar directa por parte do governo ou qualquer outra entidade. Igualmente, os participantes partilharam que apenas no início da pandemia da Covid-19 e em 2021 quando houve cheias e

fome excessiva, receberam ajuda em géneros alimentícios não perecíveis e outros consumíveis para as famílias. Mais de 50% das famílias relatou ter recebido durante as inundações de 2021, quatro quilos de arroz doado por uma organização da qual não conhecem o nome ou a proveniência, depois desta, nunca mais voltaram a receber.

Os resultados dos grupos focais também mostram que o apoio alimentar ocorreu apenas durante o início a pandemia da Covid-19 e nas inundações de 2021. Segundo estes, algumas organizações realizaram doações de alimentos para as famílias por intermédio das associações agrárias em coordenação com o SDAE. Porém para os GF's, ainda que o apoio abrangesse várias famílias, os alimentos foram distribuídos uma única vez para cada família e em quantidades insuficientes para o AF. Ademais, alguns GF's relataram não conhecer a proveniência dos alimentos e em alguns casos, terem recebido alimentos novos (como por exemplo a farinha de soja fortificada), que nunca viram e não sabiam de que se tratava nem como se preparavam.

“Entre o final de 2020 e início de 2021, quando houve o corona os técnicos do SDAE vieram nos registar para recebermos comida, até vieram aqui na associação e marcaram o dia e hora para virmos receber aqui mesmo... Vieram esses dos projetos, distribuíram 2kg de arroz e um kg de feijão para cada membro da associação levar para casa essa comida, foi para um ou dois dias, nos outros temos muitas pessoas em casa, temos que cozinhar panela grande...” (GF Mulheres, Motaze)

“...também trouxeram sabão bingo, mas era pouco, nem todos receberam e cada pessoa levou um sabão, outros ate se dividiram aquele um sabão, para ver se chegava para todos, mas eramos muitos.” (GF homens, Magude-sede).

“Vieram nos dar comida aqui uma vez, e vieram aqui mesmo no campo da associação, quando diziam para ficarmos em casa por causa do corona... na minha casa recebemos 2kg de amendoim e 2kg de uma farinha que não sabemos e farinha de oquê, nem nos disseram e não explicaram como se prepara, tentamos fazer xima com ela mas era estranha porque não ficava com a consistência da xima mesmo aumentando a farinha, por isso outros disseram que fizeram papinha... Outros aqui apanharam 2 kg de feijão ou 4kg de arroz” (GF mulheres, Mapulanguene).

Um estudo similar de Oliveira *et al.* (2021) também constatou que as ajudas alimentares directas são protagonizadas apenas durante ou logo após eventos emergenciais (poio prestado

às vítimas do Ciclone Idai no centro do país); porém os alimentos distribuídos não foram suficientes para cada AF, tal como este estudo também constatou no distrito de Magude no caso de alimentos recebidos em tempos de emergência.

4.2.3. Factores socio-antropológicos

No contexto em que há o fraco acesso a renda, baixa produção e falta do apoio alimentar directo pelo governo ou outras entidades, os AF's recorem às redes de solidariedade para acedeam aos alimentos. Segundo os AF's em caso de falta de alimentos ou ingredientes culinarios, estes solicitam apoio junto dos vizinhos, sendo o apoio oferecido, embora reconheçam que as solicitações não são frequentes porque todos incluindo os que ajudam ressentem-se da escassez alimentar.

Os participantes afirmaram igualmente que as ofertas alimentares são vistas pelos AF's como norma social pois a não realização das mesmas tem como consequencia a punição mútua uma vez que todas as familias em algum momento ressentem-se da falta de algum alimento e dependem das ofertas dos visinhos para suprir o défice, assim não oferecendo alimentos aos vizinhos caso eles necessitem, chegado a sua vez de solicitar o apoio para o acesso aos alimentos, os outros também não farão a oferta.

Outro dado importante são os mitos à volta da não participação nas redes de solidariedade. Segundo os AF's, não doar alimentos aos vizinhos caso eles solicitem apoio, constitui a vedação da sorte de uma colheita satisfatória, na qual há fraca produção ou ataque de pragas nas suas plantações, assim sendo este mito, favorece as ofertas alimentares entre os AF's vizinhos garantido assim o acesso alimentar para os AF's que vivenciam a escassez.

“...entre vizinhos nos ajudamos...quando uns não tem os outros dão o que tem... também, não podemos ficar sem nos ajudarmos porque todos sofremos, quando chega tua vez, vai ser essa pessoa que te ajudou que vai te ajudar, por isso não apanha pessoa que não ajuda as outras aqui, porque é vez-vez...” (Chefe do AF Mulher, Magude-sede).

“...entre vizinhos sempre nos ajudamos, quando acaba farinha e outras coisas, vamos lá pedir... é muito arriscado negar com comida... quando a pessoa nega com comida, aquelas coisas que ela plantou podem ir embora todas com pragas...” (Chefe do AF homem, Motaze).

“... Todos nos ajudamos quando não temos nada... ajudar é importante para as tuas coisas andarem, aquele que tem hábito de negar com comida não consegue produzir nada, na machamba não sai nada ou as vezes os gafanhotos comem tudo... assim ficamos todos iguais na fome... por isso quando Deus nos dá aquele pouco, partilhamos com outros para não perder a sorte de colher...” (Chefe do AF Mulher, Mapulangwene).

Os resultados do estudo de Schwebel (2015) são divergentes com os resultados deste estudo e o mesmo concluiu que entre os AF's, onde os laços de parentesco encontram-se distantes, as redes de trocas alimentares ocorrem entre os membros da comunidade, porém devido a ausência de parentesco as trocas alimentares geravam relações clientelistas, paternalistas e de dependência. Contudo, o autor sul-africano Ferguson (2015), refuta o posicionamento de Schwebel afirmando que estudos etnográficos da vida política local na África do Sul demonstram que as trocas alimentares e as ofertas alimentares realizadas entre as famílias com ou sem parentesco de áreas rurais alimentam sociabilidades, firmam relações entre vizinhos, estabelece compromissos, consolidam a vida comunitária e uma estrutura social importante para reprodução social das unidades familiares.

Ademais à semelhança deste estudo, Ferguson (2015) também conclui que vários mitos relacionados ao bem-estar, sorte e produtividade familiar incentivam a prática das ofertas alimentares pelas famílias locais.

Ainda sobre os factores socio-antropológicos que influenciam o acesso alimentar, os AF's entrevistados partilharam que o acesso alimentar não dependia da preferência da família. Segundo os AF's os alimentos produzidos ou comprados pelo AF não dependiam do que o AF gostasse ou preferisse consumir, pois para estes casos dependessem da preferência, a família experimentaria a fome severa. Os AF's, afirmaram que a escassez alimentar é tão alta, que não há muito espaço para escolher o que plantar ou comprar para o consumo. Ainda neste contexto, trinta e nove famílias não relataram a interferência da religião no acesso aos alimentos, apenas uma família partilhou que não produz nem compra carne suína para o consumo devido a religião professada.

“Não há coisas que não produzimos ou não compramos para comer por não gostar ou por sermos proibidos, nossa igreja não proíbe nada... também não temos como escolher o que plantar ou comprar para comer, se fizermos isso morremos a fome, mesmo as crianças sabem” (Chefe do AF Mulher, Panjane).

Vários estudos corroboram com os resultados deste estudo, indicando que as preferências alimentares não constituem o critério primário da escolha dos alimentos a adquirir para o consumo familiar entre as famílias rurais pobres (Barbosa et al. 2018), mas o factor económico (Fonseca et al. 2021), pois as preferências alimentares custam caro e que as suas condições de vida não os permitem adquirir mais que o básico que garanta saciedade (Defante *et al.* 2015). De igual modo, a escolha dos alimentos que compõe o cardápio dos povos pobres da região Subsaariana não leva em consideração o gosto ou preferências dos membros das famílias, mas sim a necessidade (Fischler, 2015).

CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

Os resultados da pesquisa confirmam que a acessibilidade de alimentos dos agregados familiares que praticam agricultura de subsistência no distrito de Magude influencia o acesso a alimentação adequada em quantidade, qualidade, harmonia dos alimentos que compõe as refeições sendo que a acessibilidade alimentar é fortemente depende do acesso aos recursos e das normas locais sobre os alimentos.

Os resultados da pesquisa mostraram que as percepções dos AF's sobre a alimentação adequada são baseadas nas preferências de palatibilidade e saciedade pelos alimentos, priorizando antes de tudo, a quantidade e tipo de alimentos que satisfaçam a fome dos membros do AF. Os participantes têm a percepção de que o acesso aos alimentos é difícil porque os alimentos produzidos através da agricultura familiar de subsistencia são insuficientes para satisfazer as necessidades dos seus membros devido a falta de diversificação dos alimentos, fraca produção ocasionada pelas mudanças climáticas, o fraco acesso aos meios e insumos, baixa renda e o fraco financiamento para a produção agrícola.

O consumo alimentar dos AF's é também determinado pelas condições financeiras dos AF's. A falta de dinheiro impede a aquisição de alimentos a nível dos mercados, realidade agravada pela fraca diversificação dos mercados locais a nível dos postos administrativos, precariedade das vias de acesso e ainda os elevados custos de transporte.

Devido as escassez financeira que impede a produção e compra de alimentos , os AF's têm uma alimentação pouco adequada, na qual ha um consumo excessivo dos alimentos de base e de energia concentrada assim como a apresentam monotonia no consumo de vegetais folhosos usando todos os dias, as mesmas formas de preparação. Para além da falta de variação qualitativa dos alimentos, o consumo alimentar dos AF's não respeita os seus gostos e preferências e vai perdendo o seu traço cultural devido a excasses de ingredientes como o amendoim e côco que são característicos da cultura alimentar local.

Embora os participantes consumam maioritariamente alimentos frescos produzidos nas suas machambas, existe uma maior probabilidade destes participantes terem deficiências nutricionais, ou seja, a fome oculta, devido a privação do consumo de legumes variados, frutas e carnes. Neste contexto, a fome oculta pode ser mais grave entre as mulheres (com a categoria de esposa) dos AF's, pois, embora sendo as responsáveis pela busca, preparo e distribuição dos

alimentos, na maior parte dos agregados familiares estas são as últimas a realizarem a refeição, uma vez que culturalmente estas devem priorizar aos homens e crianças no acesso alimentar dentro do AF. Assim as práticas costumeiras representam uma barreira no acesso a alimentação adequada.

O estudo conclui que a forma como os AF's acedem aos alimentos não permitem que eles tenham acesso a alimentação adequada pois o acesso aos alimentos é fortemente dependente do acesso aos recursos económicos para a produção ou compra de alimentos para o consumo. Tal como afirma Giddens (2003), a forma como os alimentos são adquiridos nas sociedades modernas, apresentam veículos para o empobrecimento dos indivíduos, pois o acesso aos alimentos é condicionado à taxas flutuantes (recursos económicos), muitas vezes difíceis de serem suportadas pelos pobres.

Diante desses resultados de pesquisa, recomenda-se ao governo e parceiros estratégicos, um maior apoio e fomento a produção agrária, transferência de conhecimentos relativos a resiliência climática e autonomia produtiva, melhoria das condições das vias de acesso, diversificação e incremento da renda dos AF's do distrito. Adicionalmente, sugere-se ao governo e actores chave a orientação das suas intervenções, sobre tudo aos AF's vulneráveis, apostando no respeito aos hábitos e costumes alimentares da região, o que permitirá melhor assimilação e reprodução das práticas da alimentação adequada pelas famílias.

Aos AF's, sugere-se o melhoramento e diversificação da produção alimentar de modo a buscar autonomia e auto-suficiência e acima de tudo se apropriem da co-responsabilidade na busca de soluções para o acesso e acessibilidade alimentar.

À comunidade académica e pesquisadores, recomenda-se a realização de estudos que aprofundem os campos não alcançados nesta pesquisa como a qualidade do consumo alimentar dos AF's e seu impacto na saúde e bem-estar dos seus membros, assim como o impacto das normas locais sobre a comensalidade e o seu impacto na vida dos indivíduos.

BIBLIOGRAFIA

Abbas, M. (2017). (In) *segurança alimentar e território em Moçambique: discursos políticos e práticas*. *Revista nera*. ISSN: 1806-6755.

Abbas, M. Joala, R., Dos santos, L, Bruna, N., Serra, C., & Ribeiro, N. (2020). *Repensar a segurança alimentar e nutricional: Alterações no sistema agro-alimentar e o direito à alimentação em Moçambique*. Disponível em www.omrmz.org

Abbas, Máriam. (2022). Efeitos das mudanças climáticas nos sistemas de produção em Moçambique: Implicações para a segurança alimentar. *Observador Rural*, n. 123.

Abrandh. (2013). *O direito humano à alimentação adequada e o sistema nacional de segurança alimentar e nutricional*. Brasília, DF: Abrandh.

ACLED, R. K. (2020). Understanding the Killing of Social Leaders in Colombia During COVID-19. Retrieved April, 26, 2021.

Ainuson-Quampah, J., Amuna, N. N., Holdsworth, M., & Aryeetey, R. (2022). A review of food-based dietary guidelines in Africa: Opportunities to enhance the healthiness and environmental sustainability of population diets. *African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development*, 22(2), 19471-19495.

Alabrese, E., Becker, S. O., Fetzer, T., & Novy, D. (2019). Who voted for Brexit? Individual and regional data combined. *European Journal of Political Economy*, 56, 132-150.

Althaus, E. C. (2018). Cultura alimentar: cartografias rurais em tempos de aceleração.

Alves, G. M., & Cunha, O T. C. (2020). A importância da alimentação saudável para o desenvolvimento humano. *Humanas Sociais & Aplicadas*, 10(27), 46-62.

Andrade, L. M., & Bocca, C. (2016). Análise comparativa de guias alimentares: proximidades e distinções entre três países. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 11(4), 1001-1016.

Aste, N., Del Pero, C., & Leonforte, F. (2017). Active refrigeration technologies for food preservation in humanitarian context—A review. *Sustainable Energy Technologies and Assessments*, 22, 150-160.

Azevedo-Ramos, C., & Guedes, M. C. (2021). Segurança alimentar de famílias extrativistas de açaí na Amazônia Oriental brasileira: o caso da Ilha das Cinzas.

Banco Mundial (2010) Economics of Adaptation to Climate Change: Mozambique. Washington D.C.

Barbosa, A. L. N. D. H., Almeida de Menezes, T., & Caballero de Andrade, B. (2018). *Demanda p*

Barbosa, R. M. S.; Colares, L; Soares, E. (2018). Desenvolvimento de guias alimentares em diversos países. *Revista Nutricao*. 21(4):455-467.

Barbosa, R. M. S.; Salles, R; Soares E. A. (2017). Guias alimentares para crianças: aspectos históricos e evolução. *Revista Nutricao*. 19:255-63.

Bardin, L. (2011). *Análise de Conteúdos* 1 Edições 70, Lisboa: Portugal LDA. Depósito legal 11º 93118/95 ISBN: 972-44-0898.

BARROS, G. S. A. (2017). *Economia da comercialização agrícola. USP: Escola Superior de Agricultura "Luiz de Queiroz"*.

Bellows, Anne C.; LEMKE, Stefanie. (2016). The dimensions of gender and nutrition in the human right to adequate food. *Policy In Focus*, v.13, n.2, p.16-19.

BENNEMANN, R. M. & VAZ, D. S. S. (2014). Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. *Uningá Review*, 20(1).

Blümke, A. C. (2017). O cotidiano de quem vive a realidade da fome: práticas alimentares e estratégias de acesso aos alimentos.

Boogaard, B. K., Hendrickx, S. C., & Swaans, C. P. (2015). Caracterização da produção caprina em pequena escala e dos sistemas de comercialização no Distrito de Inhassoro, Moçambique: Resultados do Estudo de Base. *ILRI Nota Informativa de Investigação*.

Bourdieu, P. (1983). Gostos de classe e estilos de vida. *Pierre Bourdieu: sociologia*. São Paulo: Ática, 82-121.

Braga, L. F. R. (2020). Análise do destino de produtos descartáveis (lixo) de algumas famílias residentes em áreas rurais do Amazonas.

Buanango, M. A., Galesi-Pacheco, L. F., Ramirez, Y. P. G., da Costa, C. A., Santos, J. S., de Loura, A. P., & Vieira, C. M. (2020). Segurança alimentar e nutricional em tempos de covid-19: impactos na África, América Latina e Portugal. *Revista Simbiologias*, 12(16).

Burity V. (2010). *Direito humano à alimentação adequada no contexto da segurança alimentar e nutricional*. Abrandh. Brasília.

Burity, V., Franceschini, T. & Valente, F. (2010). *Direito Humano à Alimentação Adequada no Contexto da Segurança Alimentar e Nutricional*. Brasília. CDU 612.391 (81).

Burity, V., Franceschini, T., Valente, F., Rocha, N. C. & Leão, M. Abrandh. (2010). *O direito Humano a alimentação adequada e o sistema nacional de segurança alimentar e nutricional*. Consultado em 10 Novembro de 2020 em <https://mundoeducacao.uol.com.br/geografia/as-principais-causas-fome-na-africa.htm>.

Bussato, A. R. M., de Oliveira, A. F., & de Carvalho, H. S. L. (2016). A influência do aleitamento materno sobre o estado nutricional de crianças e adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, 24(3), 249-254.

Canesqui, A. M., & Garcia, R. W. D. (2005). *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Editora Fiocruz.

Canesqui, A. M., & Garcia, R. W. D. (2005). *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Editora Fiocruz.

Carrilho, J., Abbas, M., Junior, A., & Mosca, J. (2016) *Desafios para a Segurança Alimentar e Nutrição em Moçambique*. Recuperado em <https://omrmz.org/omrweb/publicacoes/desafios-para-a-seguranca-alimentar-e-nutricao-em-mocambique/em> 15 de Janeiro 2021

Carvalho, F., & de Fátima Grossi, S. (2019). A importância das feiras livres e seus impactos na agricultura familiar. *Revista Interface Tecnológica*.

Chih-Pei, H. U., & Chang, Y. Y. (2017). John W. Creswell, research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches.

Chikanda, Abel & Raimundo, Ines. (2017). Informal Entrepreneurship and Cross-Border Trade between Mozambique and South Africa. *African Human Mobility Review*. 3. 943-974.

Chizzotti, M. L., Valadares Filho, S. D. C., Valadares, R. F. D., Chizzotti, F. H. M., Campos, J. M. D. S., Marcondes, M. I., & Fonseca, M. A. (2018). Consumo, digestibilidade e excreção de uréia e derivados de purinas em novilhas de diferentes pesos. *Revista Brasileira de Zootecnia*, 35, 1813-1821.

Cunguara, B., Garrett, J. (2014). O Sector Agrário em Moçambique: Análise situacional, constrangimentos e oportunidades para o crescimento agrário. Direcção de Economia, Ministério da Agricultura. *Maputo, Mozambique:[sn]*.

Cunguara, B., Garrett, J., Donovan, C., & Cássimo, C. (2021). O Sector Agrário em Moçambique: Análise situacional, constrangimentos e oportunidades para o crescimento agrário. Michigan State University. IFPRI, Maputo. P, 76.

Defante, L. R., Nascimento, L. D. O., & Lima-Filho, D. D. O. (2015). Comportamento de consumo de alimentos de famílias de baixa renda de pequenas cidades brasileiras: o caso de Mato Grosso do Sul. *Interações (Campo Grande)*, 16(2), 265-276.

DREWNOWSKI, A. (2014). Obesity and the food environment: dietary energy density and diet costs. *Am. J. Prev. Med.*, Amsterdam, v. 2, n. 3.

Escudero, L., & Adams, W. E. (1938). Healing of Experimental Pulmonary Tuberculosis by Fascial Transplantation and Bronchial Ligation. *American Review of Tuberculosis*, 38(3), 298-311.

Estima, C. D. C. P., da Costa, R. S., Sichieri, R., Pereira, R. A., & da Veiga, G. V. (2009). Meal consumption patterns and anthropometric measurements in adolescents from a low socioeconomic neighborhood in the metropolitan area of Rio de Janeiro, Brazil. *Appetite*, 52(3), 735-739.

FAO (2008, 29 de Dezembro). Fome no mundo. *Publico*. Disponível em: <https://www.voaportugues.com/a/a-38-2008-12-29-voa3-92240739/1255596.html>

FAO (2010, 14 de Setembro). Número de famintos no mundo desce para 925 milhões. *Publico*. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2010/09/1354441>

FAO (2018). *Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe*. Santiago, ISBN 978-92-5-131059-5.

FAO (2024, 24 DE Julho). Níveis de fome seguem persistentemente altos por três anos consecutivos, enquanto as crises globais se aprofundam. *Publico*. Disponível em: <https://www.fao.org/brasil/noticias/detail-events/en/c/1707863/>.

FAO, (2011), *Direito à Alimentação e Segurança Alimentar e Nutricional nos Países da CPLP*.

FAO, (2021), *The state of food security and nutrition in the world: transforming food systems for food security, improved nutrition and affordable healthy diets for all*. Rome:.

Figueiredo, N. M. A. (2008). *Método e Metodologia na pesquisa científica*. 3Edicao. Caitano do sul SP. Yendis Editora.

Finscope surveys. (2012). Cause and effect of financial access: cross-country evidence.

Fischler, Claude. (2015). *L’Honnivore*. Paris: Odile Jacob.

Fonseca, A. B., Souza, T. S. N. D., Frozi, D. S., & Pereira, R. A. (2011). Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16, 3853-3862.

Fontanella BJB, Ricas J, Turato ER. (2008). Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. *Cad Saúde Pública*.

Fortin, M. F. (1999). *Fndamentos e etapas do processo de investigação*. Lisboa. Lusodidata

Freitas, G. C. D. (2017). Da Fome a Segurança Alimentar e Nutricional: análise da (re) criação do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) no primeiro Governo Lula.

Gandin, H. B. (2016). *Literatura, cultura e empoderamento feminino: uma leitura de nicketche*.

Gerhardt, T. E. (2016). Situações de vida, pobreza e saúde: estratégias alimentares e práticas sociais no meio urbano. *Ciência & Saúde Coletiva*, 8, 713-726.

Giddens, A. (2003). *A constituição da Sociedade.2ª edição*. São Paulo: Editora Martins fontes.

Gomes, F., & Xerinda, S. (2014). *Conservação e Uso da Água na Agricultura em Moçambique: O Regadio do Chókwè–Vale do Rio Limpopo*.

Gomes, F., & Xerinda, S. (2019). Conservação e Uso da Água na Agricultura em Moçambique: O Regadio do Chókwè–Vale do Rio Limpopo.

Grisa, C., & Schneider, S. (2008). " Plantar pro gasto": a importância do autoconsumo entre famílias de agricultores do Rio Grande do Sul. *Revista de Economia e Sociologia Rural*, 46, 481-515.

Guedes, K. D. L. (2015). A avaliação de estudantes e professores de administração sobre a experiência com a aprendizagem baseada em problemas. *Administração: Ensino e Pesquisa*, 16(1), 71-100.

Guimaraes, J. (2016). O combate à fome por meio da perspectiva feminista de segurança alimentar e nutricional: análise *dopaa africa* na etiópia e no malawi. Instituto brasileiro de medicina e reabilitação.

Hendrickx, S. C., Maute, F. R., & Cunhete, D. (2015). Caracterização dos sistemas de produção e comercialização das carnes vermelhas no sector familiar nos corredores de Maputo e Limpopo em Moçambique: Resultados do Estudo de Base. *ILRI Research Brief*.

Howard, J. A., Low, J. W., Jeje, J. J., Boughton, D., Massingue, J., & Maredia, M. K. (2021). Constrangimentos e Estratégias para o Desenvolvimento do Sistema de Sementes em Moçambique.

Hughes, M. (2020). Coronavirus disease 2019 in children—United States, february 12–april 2, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(14), 422-426.

Índice Global da Fome (IGF). (2018). *Índice Global da fome: Fome e sistemas Alimentares em Situação de Conflitos*. Disponível em <https://www.globalhungerindex.org/pdf/pt/2018>. Lisboa

Instituto Nacional de Estatística. (INE). (2019). *IV Recenseamento geral da População e Habitação*. Maputo.

Instituto Nacional de Estatística (INE). (2011). *Inquirito Demográfico e de Saúde*. Maputo.

Instituto Nacional de Estatística (INE). (2013). *Inquirito Demográfico e de Saúde*. Maputo.

Instituto Nacional de Estatística (INE). (2020). *Inquerito sobre Orcamento Familiar (IOF)*. Maputo.

Instituto Nacional de Estatística (INE). (2020). *Inquerito sobre Orçamento Familiar (IOF)*. Maputo.

Instituto Nacional de Estatística (INE). (2021). *Inquerito sobre Orçamento Familiar (IOF)*. Maputo.

Instituto Nacional de Estatística (INE). (2024). *Inquirito Demográfico e de Saúde*. Maputo.

IPC, (2020). *Sumária da Situação de Insegurança Alimentar Aguda e Desnutrição Aguda de Moçambique – 2019/20*. Maputo, disponível em www.setsan.gov.mz

IPC. (2019). *Sumário da Situação de Insegurança Alimentar Aguda e Desnutrição Aguda de Moçambique – 2019/20*. Governo de Moçambique. Disponível em http://www.ipcinfo.org/fileadmin/user_upload/ipcinfo/docs/IPC_AFI_AMN_Mozambique_019April2020Feb_Portuguese.pdf Acessado em 23 de Fevereiro de 2021

IRISH AID (2018) Mozambique Country Climate Risk Assessment Report.

Jomori, M. M., Proença, R. D. C., & Calvo, M. C. M. (2018). Food choice factors. *Rev Nutr*, 21(1), 63-73.

Jomori, M. M., Proença, R. P. D. C., & Calvo, M. C. M. (2008). Determinantes de escolha alimentar. *Revista de Nutrição*, 21, 63-73.

Kahlke, R. M. (2014). Generic qualitative approaches: Pitfalls and benefits of methodological mixology. *International journal of qualitative methods*, 13(1), 37-52.

Kopruszynski, C. P., & Marin, F. A. (2012). Alimentação humana, passado, presente e futuro. *Internaturi. Agent, Rede Sans*. Disponível em: <https://scholar.google.com/scholar?>

Lima, E. D. S. (2009). Quantidade, qualidade, harmonia e adequação: princípios-guia da sociedade sem fome em Josué de Castro. *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*, 16, 171-194.

Lima, J. S. G. (2015). Segurança alimentar e nutricional: sistemas agroecológicos são a mudança que a intensificação ecológica não alcança. *Ciência e Cultura*, 69(2), 49-50.

Lima, L. C. (1989). *[Prefácio a] Investigação e projectos de desenvolvimento em educação*. Universidade do Minho. Unidade de Educação de Adultos (UEA).

Macondzo, S. D. G. F. (2016). *Combinações de culturas alimentares básicas praticadas pelos agregados familiares nas regiões centro e norte de Moçambique* (Doctoral dissertation, Universidade Eduardo Mondlane).

Macuácuá, M. E. (2016). Avaliação do consumo alimentar de adolescentes das escolas públicas rurais do distrito de Manjacaze-Gaza, Moçambique.

Mahan, L. K.; Escott-Stump, S.; Raymond, J. L. Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia. Rio de Janeiro. Elsevier. 2013.

Maluf, R. S. Construção do SISAN, mobilização e participação social. In: BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Fome Zero: Uma História Brasileira. Brasília: MDS, 2010, v. II, p. 27-37.

Marassiro, Mateus João; OLIVEIRA, Marcelo Leles; PEREIRA, Geusa da Purificação. (2021). Agricultura familiar em Moçambique: Características e desafios. Society and development. Brasil.

Marconi, M.A. & Lakatos, E. M. (2003). *Metodologia de trabalho científico*. São Paulo: ed. Atlas.

Mardegan, G. E. (2014). Segurança Alimentar, sua origem e as medidas de prevenção do Brasil e Argentina. In *Congresso Brasileiro de Geógrafos* (Vol. 7).

Marques, M. et al. (2009) «Assessing future impacts of climate change on land use and land cover: actual and potential agricultural land use», em Asante, K. et al. (eds.) INGC Climate Change Report: Study on the impact of climate change on Disaster risk in Mozambique. Maputo, Mozambique. INGC, pp. 89–117.

Mattar, F. N., & De Marketing, P. (1996). Metodologia e planejamento. *Pesquisa de Marketing, 1*.

Mesquita, P., Bursztyn, M. (2018). O desafio da integração de políticas públicas para a adaptação às mudanças climáticas no semiárido brasileiro. *Revista Brasileira de Climatologia*.

Meyer, V. B. (2020). Food taboos: their origins and purposes. *Journal of ethnobiology and ethnomedicine, 5*, 1-10.

- Ministério da Administração Estatal (MAE). (2005). Perfil do Distrito de Magude. Maputo.
- Ministério da Agricultura (MINAG). (2011). *Plano Estratégico para o desenvolvimento do sector Agrário*. Maputo.
- Ministério da Saude (MISAU). (2010). Programa de Reabilitação Nutricional. Maputo.
- Ministério da Saúde (MISAU). (2019). Estratégia Nacional de Alimentação Infantil. Maputo.
- Miot, H. A. (2011). Tamanho da amostra em estudos clínicos e experimentais. *Jornal Vasculoso Brasileiro*, 10, 275-278.
- MONTANARI, Máximo. (2013). Comida como cultura. Tradução de Letícia Martins de Andrade. São Paulo: Editora Senac São Paulo.
- Mosca J. (2014). *Agricultura familiar em Moçambique: ideologias e políticas*. CESAAA. Lisboa
- Mosca, J., & Nova, Y. (2020). *A contra transformação estrutural agrária em Moçambique*. Observatório do Meio Rural.
- Neergaard, H. (2009). Handbook of qualitative research methods in entrepreneurship. Edward Elgar Publishing.
- Nkiruka, J. A., Ayomide, A., Ajimati, V., Oladayo, T., Miteu, G. D., Ilupeju, D., & Benneth, E. O. (2017). The impact of high technology storage facilities on food security in Nigeria: nigerian case study. *African Journal of Sustainable Agricultural Development* | ISSN, 2714, 4402.
- Nunes, N. (2018). *Questões sociocientíficas: fundamentos, propostas de ensino e perspectivas para ações sociopolíticas*. Edufba.
- Nuvunga et al. (2012). Moçambique: Descentralizar o centralismo. *Economia política, recursos e resultados*.
- OKOH, R. N. & EGBON, P. C. (2022). *A Test of Market Integration: The Case of Nigerian Staple Foodstuffs*. Department of Economics. Delta State University. Abraka, Delta State. Nigeria.

Oliveira, R. R., Peter, N. B., & Muniz, L. C. (2010). Consumo alimentar segundo grau de processamento entre adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26, 1105-1114.

Oliveira, R. R., Peter, N. B., & Muniz, L. C. (2021). Consumo alimentar segundo grau de processamento entre adolescentes da zona rural de um município do sul do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26, 1105-1114.

or produtos alimentares nas áreas rurais e urbanas do Brasil (No. 1829). Texto para Discussão.

Owino, F. O. (2019). Socio-cultural determinants of food security and consumption patterns in Kisumu, Kenya.

Paganini, N., & da Fernanda Ouana, R. (2019). Mercados Locais Na Cidade e Província de Maputo: Relatório de Pesquisa Qualitativa. *SLE Series. Berlin*.

PANDEY, R. et al. (2018) «Impact of Climatic Conditions in Horticultural Crop Production», Intl J Eng. Sci Adv Research, 4(2), pp. 14–20.

PIERRI, M. C. Q. M. & VALENTE, A. L. E. F. (2015) A feira livre como canal de comercialização de produtos da agricultura. In: *53º Congresso de Economia e Sociologia Rural*. Alagoas.

Popkin, B. M., & Ng, S. W. (2022). The nutrition transition to a stage of high obesity and noncommunicable disease prevalence dominated by ultra-processed foods is not inevitable. *Obesity reviews*, 23(1), e13366.

Priego, A. (2014). La subida de los precios de los alimentos: una mirada al norte de África. *Revista UNISCI*, (31), 129-147.

Proença, R. P. D. C. (2003). Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. *Revista de Nutrição*, 16, 365-386.

Rodrigues, B.A. Bittencourt, J.V.M. Nascimento, M.M.F. (2020). *Políticas públicas de segurança alimentar e nutricional para a dimensão de disponibilidade de alimentos*. Brasil

Rodrigues, J. M. Santos, M. P. Vaz, T. P. & wander, A. E. (2012). *Segurança alimentar nos países em desenvolvimento: realidades e perspectivas*. Araraquara, v.9, n.1 e 2

RUIZ, E. N. F., & GERHARDT, T. E. (2019). Alimentação e identidade social: vidas rurais que aparecem pela comida. *Revista de Nutrição*, 32, e180058.

Sakyi, P. (2012). Determinants of food accessibility of rural households in the Limpopo Province, South Africa. *Unpublished MSc dissertation. Gent: Gent University*.

Salgado, R. J. D. S. F., & Dias, M. M. (2013). Análise da influência do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) sobre a qualidade de vida de agricultores familiares do município de Viçosa/MG. *Perspectivas em Políticas Públicas*, 6(11), 65-91.

Santana, A. B. C. (2019). No caminho do sabor e da cultura-transmissão geracional de receitas típicas baianas. Disponível em: <https://scholar.google.com/scholar>

SANTOS, I. S.; VIEIRA, F. S. (2018). Direito à saúde e austeridade fiscal: o caso brasileiro em perspectiva internacional. *Ciênc. Saude Colet.*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 7.

Sávio, K. E. O. (2014). Perfil e situação de insegurança alimentar dos usuários dos Restaurantes Populares no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 30, 1239-1249.

SCHNEIDER, S. & FERRARI, D. L. (2015). Cadeias curtas, cooperação e produtos de qualidade na agricultura familiar: o Processo de Relocalização da Produção Agroalimentar em Santa Catarina. *Organizações Rurais & Agroindustriais*. V. 17(1). 56-71.

Schottz, V. (2014). Convergências entre a Política Nacional de SAN e a construção de normas sanitárias para produtos da Agricultura Familiar. *Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia*, 2(4), 115-123.

Schwebel, D., Estruch, E., Wobst, P., & Grandelis, I. (2014). Policies for youth employment in Sub-Saharan Africa.

Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN). (2008). *Estratégia e plano de acção de segurança alimentar e nutricional 2008-2015*. Maputo

Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN). (2014). *Relatório da linha de base*. Maputo.

Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN). (2015). *Relatório da Avaliação de Segurança Alimentar e Nutricional no terceiro trimestre 2015*. Maputo.

Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN). (2017). *Relatório da Avaliação de Segurança Alimentar e Nutricional em Agosto - Setembro*. Maputo.

Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN). (2020). *Relatório da Avaliação de Segurança Alimentar e Nutricional*. Maputo.

Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN). (2023). *Relatório da Avaliação de Segurança Alimentar e Nutricional*. Maputo.

SETSAN (2015), “Relatório da Avaliação da Situação de Segurança Alimentar e Nutricional”. Maputo: Secretariado Técnico de Segurança Alimentar e Nutricional.

SILVA, A. D. C., & DIAS, R. B. G. (2023). Desafios da agricultura familiar na produção e comercialização de hortaliças: gestão da qualidade na produção.

SILVA, José Graziano da; TAVARES, Lucas. Segurança alimentar e a alta dos preços dos alimentos: oportunidades e desafios. *Segurança Alimentar e Nutricional*. (2018), Campinas, SP, v. 15, n. 1, p. 62–75. DOI: 10.20396/san.v15i1.1825. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/1825>.

SILVA, M. G. D., & Saraiva, J. M. (2018). Contexto socio histórico do consumo de alimentos: das práticas de consumo para sobrevivência nas sociedades pré-capitalista ao consumo de alimentos como direito humano na contemporaneidade. *Oikos: Família e Sociedade em Debate*, 29(1), 162-179.

Sitoe, T. A. (2005). *Agricultura familiar em moçambique estratégias de desenvolvimento sustentável*. Maputo.

Sousa, C. F., Nogueira, E. W., Pereira, I. A., de Souza, R. M., & de Souza Ferrarese, A. (2011). Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação. *Anais do Fórum De Iniciação Científica do Unifunec*.

Souza, S. A. B. D. (2015). Significados dos alimentos e de sua distribuição intrafamiliar para mulheres de trabalhadores de cana-de-açúcar do Nordeste do Brasil.

Triches, R., & Schneider, S. (2015). Alimentação, sistema agroalimentar e os consumidores: novas conexões para o desenvolvimento rural. *Cuadernos de Desarrollo Rural*, 12(75), 55-75. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.cdr12-75.asac>

- Uandela, A. (2012). Gestão descentralizada dos sistemas de abastecimento de água: desafios de eficiência e sustentabilidade. Três estudos de caso. *Moçambique: Descentralizar o Centralismo: Economia Política, Processos, Resultados*, 395-421.
- Uchimura, K. Y., Bosi, M. L. M., Lima, F. E. L. D., & Dobrykopf, V. F. (2015). Qualidade da alimentação: percepções de participantes do programa bolsa família. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17, 687-694.
- Van Der Velde, L. A., Schuilenburg, L. A., Thriyikraman, J. K., Numans, M. E., & Kiefte-de Jong, J. C. (2019). Needs and perceptions regarding healthy eating among people at risk of food insecurity: a qualitative analysis. *International journal for equity in health*, 18, 1-12.
- Vergara, J. M., (1997). Corn gluten and meat and bone meals as protein sources in diets for gilthead seabream (*Sparus aurata*): nutritional and histological implications. *Aquaculture*, 157(3-4), 347-359.
- Viana, M. R., Neves, A. S., Camargo Junior, K. R., Prado, S. D., & Mendonça, A. L. O. (2017). A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22, 447-456.
- Woortmann, E. F. (2014). A comida como linguagem. *Revista Habitus-Revista do Instituto Goiano de Pré-História e Antropologia*, 11(1), 5-17.

ANEXOS

1. Resultados do QFA (pesquisa quantitativa)

Tabela7. Principais tipos de preparações no AF.

Preparações	Postos administrativos																														%								
	Consumo	Mahel					Motaze					Panjane					M-Sede					Mapulanguene					Sub-Total					Total							
		Frequencia																																					
	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5			
Sopas naturais	N	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	18	74.8
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	1	0	0	5	2.1	
	M	0	0	1	0	0	0	0	5	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	7	1	5	0	0	0	32	13.2
	A	0	3	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	7	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	5	8	1	0	0	24	9.9	
Sopas instantaneas	N	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	9	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	5	0	0	0	0	1	7	0	0	0	0	0	17	74.0	
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0.4		
	S	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	4	1	2	0	0	0	0	0	0	0	6	1	2	0	0	9	3.7		
	M	0	0	1	0	0	0	0	4	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	6	6	1	0	0	0	0	0	0	0	1	2	8	1	0	0	21	8.7	

Carne Grelhada	A	0	3	0	0	0	0	0	4	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	5	4	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	4	6	2	0	0	32	13.2		
	N	1	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	7	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	8	5	0	0	0	4	0	89	36.8		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	2	0.8			
	S	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	2	5	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	8	5	1	3	0	27	11.2		
	M	0	0	0	1	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	5	1	5	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	5	0	1	0	2	2	0	41	16.9
	A	0	1	2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	3	5	0	0	0	0	2	2	9	6	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	4	3	6	0	0	83	34.3		
Carne refogada	N	1	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	7	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	8	5	0	0	0	4	0	89	36.8			
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	2	0.8				
	S	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	2	5	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	8	5	1	3	0	27	11.2		
	M	0	0	0	1	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	5	1	5	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	5	0	1	0	2	2	0	41	16.9
	A	0	1	2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	3	5	0	0	0	0	2	2	9	6	0	0	0	0	0	1	0	0	0	4	3	6	0	0	83	34.3			
Carne Frita	N	2	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	7	7	2	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	9	3	2	0	0	0	0	94	38.8			
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	2	0.8			
	S	0	0	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	5	9	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2	9	1	0	0	3	0	24	9.9			
	M	0	2	0	2	0	0	0	8	1	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	6	1	2	2	0	0	0	2	0	0	0	2	4	1	3	6	0	0	59	24.4		
	A	0	1	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	5	1	0	0	0	0	3	5	1	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4	1	4	1	0	0	63	26.0		

Carne Amendoim Coco	N	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	3	1	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	6	1	0	0	2	0	16	67.4				
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0.4			
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	4	2	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	2	5	0	0	12	5.0		
	M	0	2	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	9	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	5	1	0	1	0	0	26	10.7	
	A	0	3	1	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	1	5	2	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	3	1	6	0	0	0	39	16.1		
Vegetais refogados	N	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	32	13.2			
	D	0	0	1	1	1	0	0	4	5	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	4	8	4	3	5	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	5	2	6	0	7	2	1	12	50.4
	S	0	1	2	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	2	2	0	0	0	0	1	0	1	5	1	2	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	4	2	3	1	3	0	41	14.9	
	M	0	0	0	1	0	0	0	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	1	9	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	0	5	0	0	36	4.5	
	A	0	1	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	11	4.5			
Vegetais com amendoim e	N	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	8	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	87	36.0		
	D	0	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	1	3	0	0	0	17	7.0	
	S	0	2	2	1	0	0	0	2	7	1	1	0	0	2	1	0	0	0	0	1	3	4	1	3	1	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	2	1	6	1	5	2	0	89	36.8
	M	0	1	0	1	0	0	0	0	5	2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	7	4	0	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	5	1	2	7	0	2	36	14.9	
	A	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	0	0	0	13	5.4		
Arro	N	0	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	44	18.2		

	D	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	7	0	0	0	17	7.0	
	S	0	3	0	1	0	0	0	2	1	1	1	0	0	5	3	2	0	0	2	4	1	1	0	0	3	0	1	0	0	0	3	7	4	2	2	0	10	44.6
	M	0	1	0	0	0	0	0	8	2	0	0	0	0	2	1	0	0	0	1	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	6	1	1	0	44	18.2	
	A	0	0	0	0	1	2	0	2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	8	4	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	4	0	2	4	20	8.3
Saladas	N	1	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	4	5	0	0	0	0	45	18.6	
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	5	2.1	
	S	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3	1	0	2	0	0	0	0	0	0	1	2	0	1	0	2	24	9.9
	M	0	1	2	1	0	0	0	4	4	2	0	0	0	2	4	0	0	0	3	4	2	2	0	0	1	1	0	0	0	0	3	5	2	0	0	11	46.3	
	A	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	2	0	4	0	1	0	0	1	5	8	5	1	3	0	0	0	0	1	0	1	7	7	9	3	1	52	21.5
Fast food	N	7	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	23	97.5	
	D	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0.8	
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0.8	
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	A	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0.4	

Tabela 8. carnes e leguminosas (construtores)

Preparações	Postos administrativos
-------------	------------------------

	M	0	2	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	3	0	0	0	13	5.4
	A	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	4	1.7
Ovos	N	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	12	50.0	
	D	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	3	0	3	0	11	4.5	
	S	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	3	0	1	0	1	4	5	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	7	8	2	0	0	37	15.3
	M	0	1	1	0	0	0	3	5	0	0	0	0	0	2	0	1	0	1	4	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0	8	1	0	3	41	16.9
	A	0	2	2	1	1	0	0	2	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	8	5	0	3	0	0	1	1	0	1	0	1	3	1	2	5	0	31	12.8
	Embutidos	N	2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	21	90.5
D		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
S		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	3	1.2
M		0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
A		0	1	2	1	0	0	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
Leite	N	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	7	0	0	0	0	17	72.3	
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	3	1.2	
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	3	1.2	
	M	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	3	0	0	0	1	1	0	0	0	1	7	4	3	0	0	34	14.0
	A	0	1	2	0	1	0	6	2	0	1	1	0	1	0	0	0	0	6	2	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	4	6	2	2	2	26	10.7
Queijo	N	7	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	2	2	0	0	2	0	0	22	93.8	

Tabela 9. Vegetais
(protetores)

Preparações	Postos administrativos																																T ot al										
	Consumo	Mahel					Motaze					Panjane					M-Sede					Mapulanguene					Sub-Total																
		Frequencia																																									
	N	1	2	3	4		N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5							
Folha de mandiqueira	N	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	4	0	0	0	0	0	4					
	D	0	1	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	6	9	0	0	0	35				
	S	0	2	0	1	0	0	4	4	2	0	0	0	4	0	0	1	0	0	0	4	7	4	1	2	3	0	0	1	0	1	0	0	0	5	8	5	1	6	4	0	13	
	M	0	0	3	0	0	0	4	9	1	0	0	0	0	3	4	0	0	0	0	2	0	2	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	7	3	8	4	0	0	69	
	A	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	3	
Folha de abobora	N	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	3					
	D	0	1	1	0	0	0	3	4	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	3	1	3	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	9	1	9	3	0	0	51		
	S	0	1	2	0	0	0	4	3	0	0	0	0	0	1	3	0	1	0	0	1	8	5	1	2	3	0	0	0	2	0	0	0	0	2	4	6	8	1	2	3	0	10
	M	0	1	1	1	0	0	4	5	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	8	3	6	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	8	4	2	8	0	0	78	
	A	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	
Folha de feijao hembra	N	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	4					
	D	0	1	0	0	0	0	2	2	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	5	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	6	2	4	1	1	0	62		
	S	0	1	1	0	0	0	6	7	2	0	0	0	0	2	8	0	1	0	0	3	9	5	1	0	2	0	0	0	1	0	0	0	0	4	8	7	4	1	2	3	0	13

Folha de batata-doce	M	0	1	1	2	0	0	0	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	6	1	2	6	0	0	34	14.0
	A	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2	0	0	2	4	1.7	
	N	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	7	2.9		
	D	0	1	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	5	1	8	4	0	0	57	23.6
	S	0	0	2	0	0	0	0	4	4	3	0	0	0	4	6	1	0	0	3	5	1	7	4	0	0	0	2	0	0	0	4	6	2		0	13	55.4		
	M	0	1	1	1	0	0	0	6	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	9	8	3	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	6	1	4	5	0	0	35	14.5
	A	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	1	4	0	0	8	3.3	
Tseke	N	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	5	0	0	0	0	0	35	14.5		
	D	0	1	0	0	0	0	5	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	2	8	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	0	6	2	0	0	38	15.7		
	S	0	0	0	1	0	0	0	1	1	2	0	0	0	2	2	0	0	0	2	0	1	8	3	0	0	0	0	0	0	2	2	6	0	0	50	20.7			
	M	0	1	0	1	0	0	0	1	2	1	0	0	0	4	2	0	1	0	5	6	1	8	0	1	0	0	1	0	0	0	7	2	2	2	0	10	41.3		
	A	0	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	3	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	2	5	1	0	0	18	7.4		
Gucha	N	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	5	0	0	0	0	0	15	6.2		
	D	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	8	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	5	5	3	9	0	0	99	40.9		
	S	0	1	0	0	0	0	0	5	1	1	0	0	0	8	0	0	0	0	3	8	1	8	6	0	0	0	1	0	0	0	5	3	1	9	7	0	0	79	32.6
	M	0	2	0	1	0	0	0	5	0	1	0	0	0	3	0	0	0	0	2	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	3	2	1	3	0	0	36	14.9	
	A	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	7	2	1	2	0	0	12	5.0	

Feijao verde	N	5	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	9	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	11	47.5		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0.8	
	S	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	2	0	0	0	10	4.1	
	M	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	2	1	2	0	0	0	1	0	0	0	0	3	1	2	0	0	58	24.0	
	A	0	5	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	3	4	5	2	3	0	0	0	0	0	0	4	9	2	3	0	56	23.1	
Cenoura	N	3	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0	88	36.4		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	4	1.7		
	S	0	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	6	7	4	0	0	0	0	0	0	0	0	7	1	5	0	0	25	10.3	
	M	0	1	0	1	0	0	0	4	2	0	0	0	0	0	2	2	4	0	0	0	2	2	4	0	0	0	0	0	1	0	0	3	3	6	0	0	72	29.8	
	A	0	0	1	2	0	0	0	5	1	2	0	0	0	0	2	9	4	2	0	0	2	9	4	2	0	0	0	2	9	4	2	0	0	3	7	7	0	0	52
Beringela	N	7	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	7	0	0	0	0	6	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	21	89.7		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	4	1.7	
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	2	0	0	0	0	2	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	3	5	2	0	0	10	4.1	
	A	0	0	2	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	3	0	0	0	10	4.1	
Abobora	N	3	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	3	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0	89	36.8			
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	2	0	0	5	2.1	
	M	0	2	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	2	0	0	37	15.3	

	A	0	0	3	0	0	0	0	1	2	3	0	0	0	0	0	6	3	0	1	0	0	5	1	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	2	3	4	0	11	45.		
Nabo	N	7	0	0	0	0	0	2	5	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	7	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	22	94.		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	4	1.7
	A	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	4	0	0	0	0	2	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	5	0	0	9	3.7	
Repolho	N	5	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	4	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	50	20.			
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0.4	
	S	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	4	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	7	9	0	0	0	26	10.	
	M	0	0	1	0	0	1	0	8	6	1	0	0	0	4	4	0	0	1	0	0	7	0	3	4	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	8	3	4	6	1	2	13	57.	
	A	0	0	0	0	0	1	0	2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	9	4	4	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	5	5	3	2	27	11.		
Couve flor	N	8	0	0	0	0	0	2	6	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	2	4	0	0	0	0	0	24	###		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	A	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
Brocolis	N	8	0	0	0	0	0	2	6	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	2	4	0	0	0	0	0	24	###		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0

	A	0	1	0	0	0	1	0	5	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	4	5	0	2	2	33	13.6							
Tomate	N	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	5.4							
	D	0	1	2	0	0	0	0	2	6	0	0	0	0	0	1	2	0	1	1	0	1	2	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	6	2	9	3	0	2	52	21.5			
	S	0	0	2	1	0	0	0	3	4	1	1	0	0	0	4	0	1	0	0	0	2	3	1	4	2	0	0	0	0	0	1	0	0	2	9	1	4	7	5	0	92	38.0		
	M	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	1	7	3	1	0	0	0	1	0	0	0	0	2	2	1	3	0	0	47	19.4			
	A	0	0	0	0	0	1	0	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	5	9	3	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	0	1	0	4	0	2	36	14.9		
Cebola	N	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	7	2.9
	D	0	4	0	0	0	0	0	4	8	5	0	0	0	0	1	2	1	1	0	0	9	6	7	3	3	0	0	3	0	0	0	0	0	0	2	0	8	7	7	4	0	19	78.5	
	S	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	6	2	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	7	3	3	3	0	0	15	6.2			
	M	1	0	1	1	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	9	1	0	2	0	0	23	9.5			
	A	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	1	0	0	0	0	6	2.5			
Salsa	N	7	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	22	94.6			
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0.4			
	S	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	2	0	0	5	2.1			
	M	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	4	1.7				
	A	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0.8			

Tabela 10. Cereais e tuberculos (alimentos de base)

Preparações	Postos administrativos	
-------------	------------------------	--

	Consumo	Mahel					Motaze					Panjane					M-Sede					Mapulanguene					Sub-Total					T ot al							
		Frequencia																																					
		N	1	2	3	4		N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5		N	1	2	3	4	5	
																																							0.0
Arroz	N	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	1	8	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	20	8.3			
	D	0	0	0	0	0	0	2	4	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	6	1	0	0	0	0	0	0	0	9	1	5	1	0	0	25	10.3		
	S	0	2	0	2	1	0	4	6	1	1	1	0	4	4	1	1	0	0	2	5	2	5		0	1	0	1	0	0	3	6	2	6	0	13	56.6		
	M	0	1	1	1	0	0	3	1	1	1	0	0	2	0	0	0	0	0	1	5	1	6	0		0	0	1	2	0	2	1	1	0	0	45	18.6		
	A	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	14	5.8			
Farinha de milho integral	N	1	0	0	0		1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	18	7.4			
	D	0	3	1	0	1	1	0	5	1	4	3	0	0	0	3	8	0	0	0	1	7	9	5	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	20	83.5			
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	4	0	2	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	12	5.0			
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	1.2			
	A	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	2	0.8	
Farinha de milho industrial	N	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	23	9.5			
	D	0	2	1	1	0	1	0	5	1	3	2	0	1	0	3	7	0	1	0	1	5	9	2	3	2	1	0	1	1	0	0	0	0	18	74.4			
	S	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	2	4	5	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	7	5	4	0	20	8.3	
	M	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4	3	0	0	9	3.7	
	A	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	3	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	3	2	0	2	9	3.7

	M	0	0	1	1	0	0	0	9	4	2	0	0	0	0	3	5	0	0	0	0	2	3	3	2	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	3	4	5	1	0	83	34.3		
	A	0	0	2	0	1	1	0	1	2	3	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	9	1	6	3	0	2	0	0	0	0	0	1	0	2	1	8	0	6	53	21.9		
Batata reno	N	2	0	0	0	0	5	0	0	0	3	0	0	0	0	6	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	7	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	6	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	6	2	0	0	0	0	0	0	0.0	
	M	0	0	0	0	0	0	7	2	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	1	3	2	8	4	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	3	1	4	0	0	0	0	0	0.0	
	A	0	1	1	2	0	1	0	5	3	1	1	0	4	3	1	0	0	0	3	1	2	4	1	1	0	1	0	1	2	0	4	2	9	9	5	3	0	0	0	0	0.0		
	Massa	N	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	1	0	0	0	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	7	0	0	0	0	0	0	0	0	47	19.4		
D		0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	4	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	7	0	1	0	0	0	0	0	8	3.3				
S		0	0	1	0	1	0	2	2	4	0	0	2	2	2	0	2	2	7	0	0	2	2	3	7	0	0	0	0	0	2	2	1	3	2	0	69	28.5						
M		0	1	0	0	0	0	8	0	1	1	0	0	3	2	0	0	4	3	3	1	0	1	3	3	1	0	0	1	0	5	3	4	2	0	4	2	0	95	39.3				
A		0	1	2	1	0	0	2	2	0	0	0	0	0	1	0	0	7	2	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	7	3	0	0	0	21	8.7						

Tabela 11. Frutas (protetores)

Preparações	Postos administrativos																									Total										
	Mahel					Motaze					Panjane					M-Sede					Mapulanguene						Sub-Total									
	Frequencia																																			
Consumo	N	1	2	3	4	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	N	1	2	3	4	5	0.0

	M	0	1	0	2	0	0	0	0	1	2	0	0	0	3	3	1	0	0	0	3	2	3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	4	3	8	0	0	79	32.6	
	A	0	0	1	1	1	0	0	6	6	2	1	1	0	2	4	0	0	0	0	4	1	0	2	0	0	0	1	0	0	1	0	5	2	3	4	2	91	37.6	
Ananas	N	3	0	0	0	0	1	5	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	3	0	0	0	0	1	5	0	0	0	0	0	15	62.0		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	3	1.2
	M	0	1	0	1	0	0	1	2	1	0	0	0	1	2	0	0	0	0	7	9	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	3	2	0	0	26	10.7	
	A	0	1	2	0	0	0	2	3	2	0	0	0	1	2	1	1	0	1	2	1	0	3	4	0	0	0	0	1	0	0	1	3	1	7	5	0	62	25.6	
Manga	N	1	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	6	0	0	0	0	0	26	10.7		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0.8	
	M	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	5	0	0	8	3.3		
	A	0	1	2	2	1	1	0	9	7	2	1	1	0	9	0	0	0	3	2	6	2	5	1	0	0	1	1	1	0	0	2	8	3	5	2	2	20	84.7	
Pera goiaba	N	4	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	9	0	0	0	0	1	6	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	1	9	0	0	0	0	0	19	79.8		
	D	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0
	M	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	5	2	0	0	9	3.7			
	A	0	2	0	0	1	0	7	1	1	1	0	0	3	0	3	1	0	1	2	7	0	2	0	0	1	0	0	0	0	2	5	8	1	5	0	39	16.1		
Pera Maca	N	7	0	0	0	0	1	8	0	0	0	1	2	0	0	0	0	1	7	0	0	0	6	0	0	0	0	0	2	1	8	0	0	0	0	0	21	90.1		

2. Instrumentos de recolha de dados

Guião de entrevista semi-estruturada para os AF's

Posto administrativo:	
Instrumento N°:	N°. Total de membros no AF:
Data:	Posição que ocupa no AF:
Localidade:	Idade do entrevistado:

I. Dados socio-demográficos

1. Sexo _____
4. Idade _____
5. Qual é o seu estado civil? _____
 1. Qual o seu nível de escolaridade (último ano de escolaridade concluído)? _____

 2. Que profissão exerce _____
 3. Qual é a renda/salário mensal da sua principal fontes (quantificar em dinheiro no período máximo de um mês)? Se for uma actividade sazonal, deve especificar o valor no período referido. _____

 4. Outras actividades _____
 5. Qual a renda destas outras actividades por mês? _____
 6. _____
Qual é a principal fonte de renda do AF? _____
 7. Reza? _____ Se sim, qual é a sua igreja? _____
 10. Total do número dos membros da sua família, incluindo o participante _____
 11. Total de crianças que tem idade entre 0 a 5 anos _____
 12. Total de crianças que tem idade entre 6 aos 17 anos _____

II. Acesso aos alimentos

1. Quais são os tipos de alimentos que a sua família produz? (em cada célula, nomear os alimentos).

Alimentos	O AF produz	Quantidade produzida por época		
		Três meses	Seis meses	Um ano

	(identificar os alimentos)			
Cereais (ex. arroz, milho)				
Leguminosas (ex. feijão, amendoim)				
Tubérculos (ex. batata-doce, mandioca)				
Vegetais (ex. couve, folhas de abóbora)				
Legumes (ex. cenoura, beterraba)				
Aves (galinha, pato)				
Gado (ex. boi, porco)				
Leite (fresco)				
Mariscos ex. (peixe, caranguejo)				
Outros (especificar)				

2. Quis são os tipos de alimentos que não produz? Porquê não produz? _____

3. A quantidade de alimentos produzidos (indicados no quadro acima) é sempre a mesma ou varia? (explorar a influência do clima, pragas, insumos, etc.) _____

4. Porque a família produz apenas estes alimentos? (explorar questões associadas ao acesso a terra, produtividade, clima, acesso a insumos ou serviços de extensão agrária, objectivos da produção, etc.)

5. Em que momento o AF produz estes alimentos? (explorar as questões de sazonalidade)

6. Indique no quadro a seguir, o destino da produção (consumo, venda ou outros), especificando a quantidade reservada para cada acção? Porquê?

Alimentos	Quantidade da produção destinada ao:			
	Consumo	Venda	Poupança	Outros (especificar)
Cereais (ex. arroz, milho)				
Leguminosas (ex. feijão, amendoim)				
Tubérculos (ex. batata-doce, mandioca)				
Vegetais (ex. couve, folhas de abóbora)				
Legumes (ex. cenoura, beterraba)				
Aves (galinha, pato)				
Gado (ex. boi, porco)				
Leite (fresco)				
Mariscos ex. (peixe, caranguejo)				
Outros (especificar)				

7. Porque razão as quantidades dos alimentos produzidos são distribuídos desta forma (no quadro acima)? _____

8. Caso vendam os produtos da machamba, quem decide as percentagens para a venda e para o consumo (porquê)? _____

9. Quem gere o dinheiro proveniente da venda dos alimentos? Porquê?

10. Dos alimentos produzidos pela família (quadro 1), quais são e não são consumidos? (Porque?). _____

11. Onde guardam os alimentos para o consumo? _____

12. A percentagem dos alimentos produzidos pela família e reservada ao consumo próprio é suficiente para alimentar o AF durante uma campanha agrícola? (Se não, por quanto tempo?)

13. Houve campanhas agrícolas em que não conseguiu produzir alimentos suficiente para alimentar a família? Se sim, porquê? _____

14. Para além dos alimentos produzidos na machamba, o seu AF compra os alimentos para o consumo familiar? (explorar as possibilidades compra, oferta ou assistência alimentar).

15. Dos alimentos abaixo, quais são comprados, adquiridos por oferta ou assistência alimentar pelo seu AF (em cada célula, nomear os alimentos):

Alimentos	O AF compra (identificar os alimentos)	Quantidade de dinheiro gasto com cada alimento (MZN)	Recebe pela assistência alimentar (indicar entidade entidade?)	Recebe da oferta de vizinhos/familiarea/outros
Cereais (ex. arroz, milho)				
Leguminosas (ex. feijão, amendoim)				
Tubérculos (ex. batata-doce, mandioca)				
Vegetais (ex. couve, folhas de abóbora)				
Legumes (ex. cenoura, beterraba)				

Aves (galinha, pato)				
Gado (ex. boi, porco)				
Leite (fresco)				
Mariscos ex. (peixe, caranguejo)				
Outros				

16. O AF tem sempre dinheiro suficiente para comprar os alimentos que consome? Se não, como é que faz para ter acesso a estes alimentos? _____

17. Existem alimentos que a família não produz para o consumo ou não compra por não gostar/não fazer parte das lista dos alimentos para o consumo? Se sim, quais?

18. Existem alimento que a família não produz para o consumo ou não compra devido a religião? Se sim, quais? _____

19. Existem alimentos que a família não produz para o consumo ou não compra devido a saúde, questões culturais ou outros? Se sim, quais? _____

20. Existem alimentos que a família não compra para o consumo devido ao preço elevado? Se sim, quais? _____

21. Quanto gasta mensalmente com a alimentação da família? _____

22. A renda mensal cobre as despesas alimentares da família? _____

23. A renda mensal permite a compra de todos os aliemntos da roda dos alimentos mensalmente? _____

24. A quantidade de alimentos que o AF adquire mensalmente para o consumo é suficiente para a alimentação da família durante o mês? _____

25. Onde a família compra os alimentos? Porque? (Explorar informações relativas a variação dos preços e da diversidade dos alimentos entre o mercado local e outros pontos distantes). _____

26. Com que frequência a família desloca-se para pontos mais distantes para comprar alimentos? Porquê? (Explorar os pontos acima). _____

27. Os alimentos adquiridos nos mercados ou por outras vias, suprem as necessidades alimentares mensais das famílias? (se aplicável) _____

28. Os alimentos comercializados nos mercados locais são diversificados para todos os grupos da roda dos alimentos? Se não quais grupos são menos diversificados? _____

29. Os mercados vendem mais alimentos frescos ou industrializados? _____

30. A família recebe assistência alimentar? Se sim, que alimentos recebe? De onde? Em que contexto? (explorar se a família conhece a proveniência dos alimentos recebidos) _____

31. Houve momentos do ano em que não conseguiu aceder aos alimentos para o consumo familiar a partir da produção, compra ou assistência alimentar _____

Como é que a família higieniza os alimentos para o consumo e os utensílios de cozinha? (explorar sobre o acesso a água potável, a fonte ou proveniência da mesma, uso de água etc.) _____

II. Sobre o consumo

1. Que tipos de alimentos são consumidos pelo AF? (Explorar sobre a frequência que consomem estes alimentos e as razões para o consumo destes tipos de alimentos e não outros)?

2. Os alimentos consumidos pelo AF, são na maioria frescos (naturais) ou industrializados? porquê?

3. Existem alimentos consumidos apenas pelos homens e ou apenas pelas mulheres, no AF? Se sim, porquê? _____

4. Existem alimentos consumidos apenas por crianças ou que as crianças não podem consumir no AF? Se sim, porquê? Indicar os alimentos e especificar a idade das crianças. ____

5. Quantas refeições o seu AF tem por dia? Porquê? _____

6. Todos os membros do AF tomam o mesmo número de refeições? Se não, porque?

7. O número de refeições é o mesmo em todos os meses? Se não, em que meses do ano o número reduz ou aumenta? Porquê? _____

8. Quais são os alimentos que compõem cada refeição da família e porque (explorar sobre os grupos alimentares)? _____

9. Quais são as principais formas de preparações usadas pela família e porque? (Explorar sobre, como o AF prepara os alimentos, sobre o uso frequente de óleos vegetais e condimentos industrializados e/ou amendoim e côco).

10. Os alimentos consumidos pelos membros do AF são os mesmos? Se não, porque? (explorar as diferenças na quantidade de alimentos servidos aos membros do AF).

Para as famílias com crianças menores de dois anos:

1. Como alimenta o seu bebe menor de seis meses de vida? _____

2. Com que idade as crianças começam a comer outras comidas diferentes do leite (materno ou artificial) Porquê? (explorar sobre o tipo de alimento oferecido na alimentação complementar, sobre a inclusão e frequência de consumo de alimentos industrializados, sal e açúcar) e que alimentos são oferecidos nessa fase? _____

3. Existem alimentos ou parte de alimentos proibidos para as crianças desta faixa etária, na _____ família? _____ Porquê?

4. Acha que os alimentos escolhidos para alimentação das crianças menores de dois anos oferecem uma alimentação adequada? Porquê? _____

5. Existem alimentos que gostaria de retirar do consumo alimentar das crianças por serem prejudiciais, mas que não pode/ consegue? Se sim, quais e porquê? _____

III. Sobre a preparação, divisão e decisão

1. Quem busca, prepara e distribui os alimentos para a família? Porquê? (explorar se estas tarefas são da mesma pessoa, sobre o significado atribuído a execução das tarefas e sobre as normas de priorização no acesso aos alimentos dentro de AF) _____

2. Existe uma ordem na distribuição da comida dentro do AF? Se sim, quem são os primeiros e últimos a serem servidos? Porquê? _____

IV. Sobre as percepções:

1. Na sua percepção o AF está em condições de aceder aos alimentos de todos os grupos alimentares? Porquê? (explorar sobre as percepções a volta das dinâmicas do mercado e disponibilidade financeira, física e social) _____

2. O que significa para si, ter uma boa alimentação? (Explorar sobre a inclusão das orientações da roda dos alimentos)._____

3. Já ouviu falar da roda dos alimentos ou cartaz da nossa alimentação? Se sim, onde ouviu falar _____ e _____ com _____ que _____ ouviu?

4. O que sabe sobre a roda de alimentos? De que é composto? Como deve se usar? Etc..._____

5. O AF usa a roda de alimentos no seu dia a dia? Porquê? _____

6. O AF possui todos os alimentos necessários para cumprir com a roda dos alimentos durante todo o ano? Se não, em que períodos do ano possui os alimentos? _____

7. Qual é a sua opinião sobre a alimentação do seu AF? _____

8. Acha que a alimentação da sua família segue as recomendações que lhe foram passadas (pela roda dos alimentos, palestra, tv, rádio, brigada móvel ou outro)?
Porque? _____

9. Quais são as dificuldades para ter acesso aos alimentos e cumprir a as recomendações da roda de alimentos no dia a dia na sua família? _____

10. Existem alimentos que gostaria de incluir nas refeições destas crianças mas não pode/consegue? Porque? _____

Acha que a forma como a comida é distribuída dentro do AF permite que todos os membros do AF tenham uma alimentação adequada? Se não, Porquê? _____

Para os actores-chave

Data:	
Instrumento nr:	
Instituição	
Cargo/ função	

I. Sobre a instituição:

1. Quais são as áreas de actuação desta instituição? _____

2. Quais são as principais actividades realizadas pela instituição no âmbito da SAN? ____

II. Sobre o acesso e acessibilidade a alimentação adequada:

1. Já ouviu falar sobre alimentação adequada? Se sim, onde ouviu e em que consiste? _____

2. Quais são as principais formas de acesso aos alimentos pelos AF do distrito?

3. Qual é o perfil de produção de alimentos do distrito? (explorar sobre as principais culturas, capacidade produtiva, sazonalidade, e indústria alimentar). _____

4. O distrito tem enfrentado intervalos de escassez de alimentos para o consumo dos AF's? Se sim, com que periodicidade e porque? _____

5. Qual é a percentagem de alimentos *in natura* (naturais) e industrializados presentes nos mercados locais? _____

6. O distrito produz alimentos suficientes para o consumo da população interna? Se não, porque, como é suprido o défice? _____

7. Os AF's conseguem aceder ao alimentos para o consumo de forma estável? Se não, porque? (explorar sobre a sazonalidade e variação dos preços)._____

8. Os alimentos acessíveis no distrito, facilitam o acesso a uma alimentação diversificada e adequada? Se não, porquê?_____

III. Sobre o consumo interno e factores que influenciam o acesso a alimentação adequada dos AF's:

1. Quais são as facilidades e dificuldades que os AF do distrito vivenciam para o acesso a alimentação adequada pelos AF's do Distrito? Se sim, quais são?_ _____

2. Existem factores que interferem negativamente no acesso a alimentação adequada pelos AF do distrito? Se sim, quais? (explorar a influência dos gostos e preferências dos AF's, doenças que afetem as escolhas alimentares, renda familiar, normas culturais, crenças, tabus e religião).

3. Que alimentos são maioritariamente consumidos pelos AF's do distrito? Porquê?_____

4. Existem programas de assistência alimentar directa no distrito? Se sim, quem e como operacionaliza, a quem são dirigidos, em que momentos?_____

5. Esta instituição ou alguma outra tem realizado actividades de promoção da roda dos alimentos dentro do distrito? Se sim, como são feitas, em que ambito e a quem são dirigidas?

Guião de entrevista para os grupos focais

Posto administrativo	
Data:	
Instrumento n.º:	
N.º de participantes:	

I. Sobre o acesso a alimentação adequada:

1. Já ouviram falar sobre alimentação adequada? Se sim, em que consiste? _____

2. Quais são as facilidades e dificuldades que as famílias vivenciam para o acesso a alimentação adequada? _____

3. Os alimentos disponíveis nos mercados locais são facilmente acessíveis? Se não, porque? (explorar sobre o acesso físico e económico dos alimentos). _____

4. A renda mensal cobre as despesas alimentares da família? _____

5. Existem factores que interferem negativamente no acesso a alimentação adequada pelos AF do distrito? Se sim, quais? (explorar a influência dos gostos e preferências dos AF's, doenças que afetem as escolhas alimentares, renda familiar, normas culturais, crenças, tabus e religião). _____

6. Onde e como arranjam os alimentos para o consumo das vossas famílias durante todo o ano? (explorar as possibilidades de produção de alimentos para o consumo, compras, trocas e ajudas alimentares) _____

7. Já ouviram falar sobre a roda dos alimentos? Se sim, o que é? Onde ouviram falar, em que momento? _____

Os alimentos produzidos, comprados ou recebidos da ajuda alimentar pelas vossas famílias são diversificados (explorar sobre o acesso a todos os grupos alimentares da roda dos alimentos)?

II. Sobre o consumo:

1. As famílias conseguem consumir em todas as refeições , alimentos de todos os grupos da roda dos alimentos? Se não, porque?_____

2. Existem factores que interferem negativamente no consumo alimentar adequado pelos AF do distrito? Se sim, quais? (explorar a influência dos gostos e preferências dos AF's, doenças que afetem as escolhas alimentares, renda familiar, normas culturais, crenças, tabus e religião)._____

3. Os AF's tem sempre dinheiro suficiente para comprar os alimentos que consome? Se não, como é que fazem para ter acesso a comida?_____

4. Existem alimentos que a família não consumo por não gostar/não fazer parte das lista dos alimentos para o consumo? Se sim, quais?_____

5. Existem alimento que a família não cosome devido a religião? Se sim, quais?_____

6. Existem alimentos que a família não consome devido a saúde, questões culturais ou outros? Se sim, quais?_____

Questionário de frequência alimentar (QFA)

I. Dados do inquerido

Posto administrativo	
Data	
QFA N°	
Sexo	
Idade	
Posição que ocupa no AF	

As questões que se seguem relacionam-se ao hábito alimentar usual dos membros do AF que sejam maiores de idade, no último ano. Para cada quadrado marcar com X no consumo e sua frequência correspondente.

II. Principais tipos de preparações no AF.

Preparações	Consumo				Frequência do consumo										
	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Sopas naturais															
Sopas instantâneas															
Carne grelhada															
Carne refogada															
Carne frita															
Carne com amendoim e coco															
Vegetais refogados															
Vegetais com amendoim e coco															
Arroz refogado															
Saladas															

Fastfood	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

III. Carnes e leguminosas

Alimentos	Consumo				Frequência do consumo												
	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Carne bovina	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Carne suína	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Carne caprina	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Peru	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Frango	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Peixe	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Mariscos	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Ovos	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Embutidos	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Leite	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Queijo	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Feijão	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Soja	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

Grão de bico	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			

IV. Vegetais

Alimentos	Consumo				Frequência do consumo													
	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Folhas de mandioqueira																		
Folhas de abóbora	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Folhas de feijão nhemba	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Folhas de batata-doce	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Tseke	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Gucha	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Feijao verde	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Cenoura	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Beringela	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Abóbora	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Nabo	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Repolho	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Couve-flor	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			

Brocolis	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Espinafre	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Acelga	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Rucula	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pepino	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tomate	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Cebola	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Salsa	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

V. Cereais e tubérculos

Alimentos	Consumo				Frequência do consumo										
	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Arroz	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Farinha de milho (integral)	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Farinha de milho (industrial)	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Farinha tapioca	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pão	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mandioca	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Batata-doce	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Batata-reno	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Massa	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

VI. Fruta

Alimentos	Consumo				Frequência do consumo												
	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Laranja	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Banana	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Maca	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Papaia	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Ananás	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Manga	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Pêra goiaba	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Pêra maca	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Abacate	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Mapfilwa	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Matswissa	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Tintsiva	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

Cwacwa	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Tamarindo	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

VII. Gordura e condimentos

Alimentos	Consumo				Frequência do consumo												
	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Óleo vegetal	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Azeite	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Banha	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Óleo de coco	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Óleo de mafura	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Maionaise	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Caldo em po	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Caldo em cubo	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Especiarias (industriais)	D	S	M	A	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

Guião de observação

Durante a preparação das refeições	Resposta	
	Sim	Não
Os alimentos acondicionados em casa são naturais		
Os alimentos acondicionados em casa são industrializados		
Os alimentos acondicionados em casa são naturais e industrializados		
Os alimentos acondicionados em casa são de todos os grupos da roda dos alimentos		
Os alimentos são armazenados em casa, em condições de higiene adequadas		
Os utensílios usados para alimentação dos outros membros do agregado familiar são bem higienizados.		
A composição da refeição é nutricionalmente adequada		
Os alimentos são mantidos no fogo durante um curto espaço de tempo		
Os alimentos são mantidos no fogo durante um espaço de tempo médio		
Os alimentos são mantidos no fogo durante um espaço de tempo muito longo		
As refeições são condimentadas com temperos industrializados		
As refeições são condimentadas com temperos naturais		
Durante as refeições		
A refeição da família é harmonica (tem todos alimentos da roda dos alimentos)		
As refeições são distribuídas de igual modo entre os membros do agregado familiar		
As refeições são priorizadas às crianças		
As refeições são priorizadas ao pai ou chefe de família		
Os membros do agregado têm a liberdade de servir pela segunda vez consecutiva durante a mesma refeição		

Formulário de Consentimento Informado

Título: Influência da acessibilidade alimentar no acesso a alimentação adequada entre os agregados familiares que praticam a agricultura de subsistência no Distrito de Magude, Província de Maputo, entre 2016 e 2022.

Autora: Verona Salézia Matsinhe estudante do – Curso de Mestrado em Sociologia Rural e Gestão do Desenvolvimento, na especialidade de Segurança Alimentar e Nutricional – Universidade Eduardo Mondlane.

Introdução:

Este estudo é levado a cabo para a obtenção do grau de Mestre em Sociologia Rural e Gestão do Desenvolvimento, na especialidade de Segurança Alimentar e Nutricional pela Universidade Eduardo Mondlane. O mesmo pretende avaliar a influência da acessibilidade alimentar no acesso a alimentação adequada entre os agregados familiares que praticam a agricultura de subsistência no distrito. Entretanto serão avaliadas as características do acesso e consumo de alimentos nestes agregados, se este garante a prática de uma alimentação adequada.

Procedimentos e métodos:

O estudo prevê abranger agregados familiares, grupos focais e instituições, que cubram os critérios de inclusão. Assim as ferramentas de colecta de dados incluem informações relativas aos dados socio-demográficos, o acesso aos alimentos, consumo e percepções sobre o acesso a alimentação adequada. O tempo de duração das entrevistas vai depender da flexibilidade e boa memória de cada entrevistado. Cada agregado familiar será entrevistado uma (1) vez durante todo o estudo, serão igualmente captadas fotografias no momento da preparação e toma das refeições caso os participantes consentam.

Riscos e benefícios: Ao participarem no estudo, os AF não correrão nenhum risco, pois não será utilizado nenhum método invasivo ou que fira com a integridade ou sensibilidade dos participantes.

Confidencialidade:

Todos os dados colhidos durante este estudo, serão tratados de forma confidencial. Os resultados serão apresentados mais tarde, mas nenhum membro de qualquer família abrangida pela pesquisa será identificado de forma individualizada.

Voluntariedade/Participação: A escolha de participar ou não neste estudo é voluntária. Caso decida não participar do mesmo, cada membro receberá os mesmos cuidados, como se participasse no estudo. Se decidir que vai participar do estudo, poderá desistir a qualquer momento.

Dúvidas: Em caso de dúvidas contactar a investigadora pelo número 840369838 ou pelo email Verasalezia@gmail.com.

Declaração de Consentimento Livre e Esclarecido

Eu, _____,
compreendi a explicação que me foi fornecida acerca do estudo que se pretende realizar. Foi-me dada a oportunidade de fazer as perguntas que julguei necessárias, e de todas obtive respostas satisfatórias. Tomei conhecimento de que a informação que me foi prestada vai de acordo com os objectivos e procedimentos concernentes ao estudo. Foi-me afirmado que tenho o direito de recusar a participação no estudo a qualquer momento, sem que isso possa ter qualquer efeito prejudicial. Por isso, consinto em participar no estudo que me foi proposto pela investigadora.

Assinatura do pesquisador principal _____

Assinatura do(a) participante _____

Maputo, Março de 2024.