

**UFRRJ**  
**INSTITUTO DE AGRONOMIA**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO**  
**AGRÍCOLA**

**DISSERTAÇÃO**

**O CONSUMO DO GUARANÁ ENTRE OS ESTUDANTES DO**  
**CURSO TÉCNICO EM AGROPECUÁRIA DO INSTITUTO**  
**FEDERAL DO AMAZONAS, CAMPUS MAUÉS: ENTRE**  
**MITOS, HÁBITOS E SABER CIENTÍFICO**

**JOÃO BATISTA MACÊDO SOBRINHO**

**2016**



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO  
INSTITUTO DE AGRONOMIA  
MESTRADO EM EDUCAÇÃO AGRÍCOLA**

**O CONSUMO DO GUARANÁ ENTRE OS ESTUDANTES DO CURSO  
TÉCNICO EM AGROPECUÁRIA DO INSTITUTO FEDERAL DO  
AMAZONAS, CAMPUS MAUÉS: ENTRE MITOS, HÁBITOS E SABER  
CIENTÍFICO**

**JOÃO BATISTA MACÊDO SOBRINHO**

*Sob a Orientação da Professora*

**Dra. Sandra Regina Gregório**

*Co-orientação do Professor*

**Dr. Vanderlei Antônio Stefanuto**

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre em Ciências**, no Programa de Pós-Graduação em Educação Agrícola, Área de Concentração em Educação Agrícola.

**Seropédica, RJ  
Junho de 2016**

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Biblioteca Central / Seção de Processamento Técnico

Ficha catalográfica elaborada  
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

B677 c

BATISTA MACÊDO SOBRINHO, JOÃO, 1964-  
O CONSÚMO DO GUARANÁ ENTRE OS ESTUDANTES DO CURSO  
TÉCNICO EM AGROPECUÁRIA DO INSTITUTO FEDERAL DO  
AMAZONAS, CAMPUS MAUÉS: ENTRE MITOS, HÁBITOS E SABER  
CIENTÍFICO / JOÃO BATISTA MACÊDO SOBRINHO. - 2016.  
78 f.

Orientadora: Sandra Regina Gregorio.  
Coorientador: Vanderlei Antônio Stefanuto.  
Dissertação (Mestrado). -- Universidade Federal  
Rural do Rio de Janeiro, PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM  
EDUCAÇÃO AGRÍCOLA, 2016.

1. Guaraná em pó. 2. Mitos e Habitos. 3. Consumo de  
guaraná. I. Regina Gregorio, Sandra , 1960-, orient.  
II. Antônio Stefanuto, Vanderlei, 1974-, coorient. III  
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO AGRÍCOLA. IV.  
Titulo.

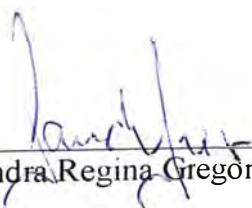
*Handwritten notes and signatures:*  
1. Programa agrícola - Amazônia  
2. ...  
3. ...  
4. ...

**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO  
INSTITUTO DE AGRONOMIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO AGRÍCOLA**

**JOÃO BATISTA MACÊDO SOBRINHO**

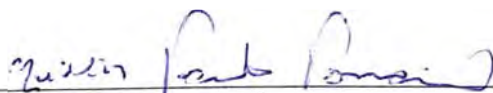
Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre em Ciências**, no Programa de Pós-Graduação em Educação Agrícola, Área de Concentração em Educação Agrícola.

DISSERTAÇÃO APROVADA EM 30/06/2016.



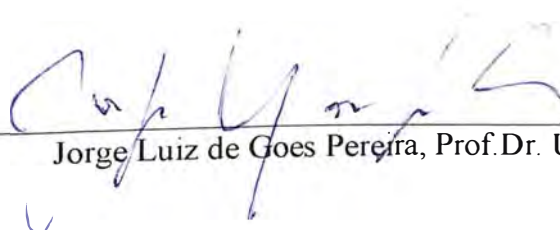
---

Sandra Regina Gregório, Profa. Dra. UFRRJ



---

Nilton Paulo Ponciano, Prof.Dr. IFAM



---

Jorge Luiz de Goes Pereira, Prof.Dr. UFRRJ



---

Vanderlei Antonio Stefanuto, Prof.Dr. IFAM

*Dedico este trabalho a minha família, meu alicerce e fonte de motivação, força, fé e apoio, que não mediu distância para me ajudar, estando presente ao meu lado, nas orações, nas contribuições de valores e de formação.*  
Aos Macêdos.

## AGRADECIMENTOS

A Deus, Força Superior do Universo, por ter me dado o dom da sabedoria e tranquilidade, que me ajudaram a vencer todas as dificuldades enfrentadas nesta etapa da vida.

À Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro-UFRRJ, através do Programa de Pós-Graduação em Educação Agrícola-PPGEA, na pessoa do Prof<sup>o</sup> Dr. Gabriel de Araújo Santos e da Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Rosa Cristina Monteiro, por terem possibilitado a inserção do Instituto Federal do Amazonas no PPGEA da UFRRJ.

À Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Sandra Gregório, por ser defensora das causas amazônicas, acreditou no meu potencial, ajudando-me a vencer as dificuldades e a esclarecer minhas dúvidas na construção da proposta deste trabalho.

A todos os servidores administrativos e aos professores do PPGEA, sem exceção, que durante o período do curso, sempre nos atenderam com profissionalismo.

A minha família, especialmente à minha esposa Francisca e aos meus filhos Jorel, Jonas e Liam e a minha neta Isabelly, pelo amor incondicional e pela compreensão pelo tempo de ausências por essa causa.

Aos colegas de trabalho, especialmente aos colegas do Mestrado dos Campi de Maués-AM, Tabatinga-AM e Coari-AM, sobretudo aqueles que trilharam comigo momentos mais próximos nesta caminhada.

Ao ex-Reitor do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas-IFAM, Prof. João Martins Dias, pelo empenho e coragem em aceitar essa parceria junto à UFRRJ/PPGEA e ao atual Reitor Prof. Antônio Venâncio Castelo Branco, pela continuidade da parceria.

À Professora Leonor Ferreira Neta Toro, ex-diretora do Campus Maués do IFAM, que por conhecer e acreditar nos objetivos do PPGEA, não mediu esforços e defendeu de maneira aguerrida a inclusão do Campus Maués na parceria IFAM/UFRRJ-PPGEA, possibilitando a participação dos servidores no Mestrado.

Ao professor Jurandir Moreira, Diretor do Campus Coari do IFAM, pelo incentivo na fase inicial do Projeto de parceria IFAM ? UFRRJ-PPGEA.

Ao Prof. Dr. Vanderlei Antônio Stefanuto, pelas contribuições e compartilhamento de conhecimentos nas orientações, dispondo seu tempo para ajudar sempre que foi solicitado.

Aos alunos do IFAM-Campus Maués, que me ajudaram nas entrevistas, em especial Raimundo Pantoja, Isabela, Ronaldo e a aluna Emilly, por contribuírem também nas digitações.

Enfim, a todos que direta ou indiretamente motivaram-me a vencer mais um obstáculo de minha vida, muito obrigado.

## BIOGRAFIA

### João Batista Macêdo Sobrinho

Nasci em Maués, no estado do Amazonas, dentro de uma humilde família de 11 irmãos, sendo o 4º entre os seis filhos homens, tendo 01 falecido. Por ser de família numerosa e sem paternidade, comecei muito cedo na luta por dias melhores, percebendo que o estudo seria a escada para um futuro menos difícil.

Sempre estudei em escolas públicas. Em 1985 fui estudar o Curso Técnico em Agropecuária na Escola Agrotécnica Federal de Manaus, atual IFAM- Zona Leste. Voltando para Maués, cursei o Magistério de 1ª a 4ª Série, posteriormente fazendo a Graduação em Educação Física pela UA-Universidade do Amazonas, atual UFAM-Universidade Federal do Amazonas. Trabalhei como professor contratado pela SEDUC-AM na cidade de Boa Vista do Ramos-AM, sendo aprovado para o quadro efetivo em 1994. Permaneci naquela cidade até janeiro de 2000, quando fui para a cidade de São Gabriel da Cachoeira-AM como professor contratado, onde permaneci até dezembro de 2001. Nesse período, fiz um curso de Pós-Graduação, especialização, em Antropologia da Saúde pela Universidade Federal de Pernambuco, retornando à Boa Vista do Ramos após o término do contrato.

Retornando à Boa Vista do Ramos, retornei também para minha cadeira de Professor efetivo da SEDUC-AM, e fui aprovado para o quadro efetivo do FUNDEB, onde atuei como professor de ensino fundamental de 1ª a 4ª Série, além de atuar também como professor da Educação de Jovens e Adultos-EJA, na Escola Municipal Norma Silva, Tancredo Neves (Zona Rural Vila Manaus), até 18 de Janeiro de 2011, quando saí de Boa Vista do Ramos para iniciar carreira como Professor de Educação Física do quadro efetivo no Instituto Federal do Amazonas-IFAM Campus Coari-AM. No Campus Coari, além de atuar como professor de Educação Física, atuei também como Coordenador de Ensino Básico e Coordenador de Eventos.

Em 2013/2014, período em que me encontrava em Processo de Remoção do Campus Coari para o Campus Maués, decidi concorrer a uma das vagas de Mestrado da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro-UFRRJ, no Programa de Pós-Graduação em Educação Agrícola- PPGEA, fruto da parceria entre o IFAM e a UFRRJ, envolvendo esse campus. Em 06 de Abril de 2014, quando entrava em exercício no IFAM Campus Maués, foi divulgado o resultado da seleção para o Mestrado no PPGEA. Desde então até a presente data, atuo como Professor de Educação Física no IFAM Campus Maués.

## RESUMO

SOBRINHO, João Batista Macedo. **The consumption of guaraná among the students of the agricultural technical course of the Federal Institute of Amazonas, Maués campus: among myths, habits and scientific knowledge**, 2016. 78f. Dissertação (Mestrado em Educação Agrícola). Programa de Pós-graduação em Educação Agrícola. Instituto de Agronomia, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ. 2016.

Esta pesquisa foi desenvolvida no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas, Campus Maués, tendo como participantes os estudantes. Objetivou-se conhecer a relação existente entre os mitos e as crenças relacionadas ao consumo de guaraná (*Paullinia cupana*) em pó pelos estudantes e na concepção de um grupo de anciãos na cidade. Considerando o foco do trabalho e a carência de referencial teórico específico sobre a temática abordada, empregou-se a técnica do questionário, oficinas e entrevistas. O trabalho de pesquisa foi realizado com dois grupos específicos de estudantes: o primeiro grupo, vislumbrando os conhecimentos gerais sobre o guaraná com questões relacionadas a mitos, lendas, crenças, culturas, assim como, o guaraná visto como elemento social em Maués e em outros lugares. O segundo grupo focou a busca por conhecimentos específicos com relação ao guaraná associada às atividades físicas, com questionamentos voltados para os motivos do consumo do guaraná durante as atividades culturais e desportivas. Para o alcance dos objetivos desta pesquisa foi necessário buscar fundamentação teórica relacionada aos povos indígenas Sateré-Mawé, do guaraná e primeiros consumidores deste produto, destacando o contexto histórico e a origem do guaraná, assim como as diversas formas de consumo. O município de Maués, conhecido mundialmente como “terra do guaraná”, por ser o lugar onde se originou o guaraná, sendo conhecido pelos efeitos de resistência e longevidade. Ao longo de 182 anos de existência do município, a população de Maués aprendeu com os indígenas quanto ao hábito e as várias maneiras de consumir o guaraná, preservando os valores culturais e os costumes dos seus descobridores. Através de dados da pesquisa, foi possível traçar um perfil dos estudantes que consomem o guaraná e se esse consumo tem influência em sua vida como atletas, assim como em pessoas na terceira idade, identificando a relação como consumidores do guaraná em pó de Maués. Constatou-se que 70% dos discentes praticantes de atividades físicas são consumidores do guaraná em pó de Maués, consumindo o produto pelo menos 1 vez ao dia. Quanto à quantidade de guaraná em pó consumido, as pesquisas apontam que 65% dos entrevistados consomem aproximadamente entre 3,33 a 13,33g de guaraná ao dia. As principais formas de consumo do produto são: (1) pó comercial, moido – 55% e; (2) ralado na língua do pirarucu - 45%. Assim sendo, essa pesquisa também mostra que a comunidade Maueense consome o guaraná como um costume herdado de geração a geração, uma vez que em 95% dos entrevistados atribuem o consumo do guaraná à tradição familiar e as melhorias no desempenho durante as práticas de atividade físicas. Constatou-se ainda que parte da juventude não consome guaraná, mas os que o consomem, utilizam-no como tradição, para melhorar o desempenho físico e como fonte de energia (ergogênico) e de prazer, por ser o guaraná um produto natural, que representa o município e simboliza a ligação deste com a valorização da cultura Maueense. O consumo de Guaraná é uma atividade costumeira para a comunidade da cidade de Maués, é visto como um elo entre herança indígena e tradições que são reproduzidas em diferentes épocas do ano, é saudável, é economicamente acessível no local, tem sabor e significado de preservação da cultura local, além de ser elemento identificador do povo da região do médio Amazonas, especialmente do nascido em Maués.

**Palavras-chave:** Guaraná em pó. Mitos e Habitos, Consumo de guaraná



## ABSTRACT

SOBRINHO, João Batista Macedo. **Education in food safety in the formation of the technician in agriculture - contextualizing knowledge**, 2016. 78p. Dissertation (Masters in Agricultural Education). Post-Graduate Degree in Agricultural Education. Institute of Agronomy, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ. 2016

This research was developed at the Federal Institute of Education, Science and Technology Amazon, Campus Maués, with the participating students. This study aimed to know the relationship between the myths and beliefs related to the consumption of guarana (*Paullinia cupana*) powder by students and their application as a socializing element, seeking also to identify these objectives in the design of a group of elders in the city. Considering the focus of the search and the lack of specific theoretical framework on the selected theme, it used the questionnaire technique, workshops and interviews. The research work was carried out with two specific groups of students: the first group, glimpsing the general knowledge of guarana with issues related to myths, legends, beliefs, cultures, as well as guarana seen as a social element in Maués and other places. The second group focused on the search for specific knowledge regarding the guarana associated with physical activity, with questions focused on the reasons for the guarana consumption during cultural and sports activities. To achieve the objectives of this research it was necessary to seek theoretical foundations related to indigenous peoples Sateré-Mawé, discoverers of guarana and first consumers of this product, highlighting the historical context and the origin of guarana as well as the various forms of consumption. Maués, known worldwide as "the land of guarana", for being the place where it originated guarana, being known by the effects of strength and longevity. Over 182 years of the city, the population of Maués learned from the Indians about the habit and the various ways to consume guarana, preserving cultural values and customs of its discoverers. Through survey data, it was possible to draw a profile of the students / athletes on physical performance, as well as people in the third age, identifying the relationship as guarana consumers in Maués powder. It was found that 70% of practitioners of physical activity students are Maués guarana powder consumers, consuming the product at least 1 time a day. As for the amount of guarana powder consumed, the research indicates that 65% of respondents consume approximately 3.33 to 13,33g guarana daily. The main forms of product consumption are: (1) Commercial powder, ground - and 55%; (2) grated in the language of arapaima - 45%. Therefore, this research also shows that Maueense community consumes guarana as an inherited custom from generation to generation, since 95% of respondents attribute the consumption of guarana to family tradition and improvements in performance during physical activity practices . It was noted that the youth of not consuming guarana, but those who consume it, use it as a tradition, to improve physical performance and as a source of energy (ergogenic) and pleasure, being guarana a natural product, It is the municipality and symbolizes the connection of this with the valuation of maueense culture..

**Keywords:** Guaraná powder, Myths and habits, Consumption of guarana.

## LISTA DE ABREVIÇÕES E SIGLAS

µg/ml- Micrograma por Mililitro  
ACAR-Agência de Colonização e Assistência Rural  
AM-010-Rodovia Estadual do Amazonas 010  
AM-Amazonas  
AMBEV- American Beverage Company-A Companhia de Bebidas das Américas - Ambev é a sucessora da Companhia Cervejaria Brahma ("Brahma") e da Companhia Antarctica Paulista Indústria Brasileira de Bebidas e Conexos ("Antarctica").  
BA-Bahia  
BRASTEMP-Marca de Produtos Eletroeletrônico  
CEFET-AM-Centro Federal de Educação Tecnológica do Amazonas.  
CEI-Coordenação de Educação Indígena  
CGTSM - Conselho Geral da Tribo Sateré-Mawé  
CMA- Campus Maués  
COI-Comitê Olímpico Internacional  
CONFED-Conselho Federal de Educação Física  
CPATU- Centro de Pesquisa Agropecuária do Trópico Úmido  
CTI- Centro de Trabalho Indigenista  
DO-Denominação de Origem  
EMBRAPA - Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária  
EUA-Estados Unidos da América  
FUCAPI-Fundação Centro de Apoio a Pesquisa Industrial  
FUNAI-Fundação Nacional do Índio  
FUNASA-Fundação Nacional de Saúde  
FUNDEB-Fundo Nacional para Desenvolvimento da Educação Bás  
GR-Gabinete da Reitoria  
IBGE-Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística  
IDAM- Instituto de Desenvolvimento Agropecuário do Amazonas  
IFAM-Instituto Federal de Educação, Ciência e Educação do Amazonas  
IG-Indicação Geográfica  
INPI- Instituto Nacional de Propriedade Industrial  
INSS-Instituto Nacional de Seguridade Social  
IP-Indicação de Procedência  
ITA- Instituto de Tecnologia do Alimento  
Kg/ano-Quilo Grama por Ano  
Km- Quilometro  
KUWAIT-Refrigerante de Guaraná produzido artesanalmente  
LabConsS-Laboratório de Vida Urbana, Consumo & Saúde  
MA-Ministério da Agricultura  
MAPA-Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento  
MEC - Ministério da Educação e Cultura  
Medicalnet- Site de laboratório de Pesquisa  
Mg-Miligrama  
MT-Mato Grosso  
NASA-Administração Nacional do Espaço e da Aeronáutica. (National Aeronautics and Space Administration) é a Agência Espacial Americana  
ONG-Organização Não Governamental-  
PeNSE-Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar  
PE-Pernambuco

PETROBRÁS-Petróleo Brasileiro  
RJ-Rio de Janeiro  
RS-Rio Grande do Sul  
SEBRAE-Serviço de Apoio às Micro e Pequenas Empresas  
SEMED-MUS- Secretaria Municipal de Educação de Maués  
SEPDAG-Serviço de Política e Desenvolvimento Agropecuário  
SEPROR-Secretaria Municipal de Produção Rural  
SNC- Sistema Nervoso Central  
SPI-Secretaria de Proteção Indígena  
SP-São Paulo  
Sr: Senhor  
TI-Terra Indígena  
UFRGS-Universidade Federal do Rio Grande do Sul  
UFRJ-Universidade Federal do Rio de Janeiro  
UI/100g-Unidade Internacional  
XEROX- é o nome da marca inventora da fotocopiadora e que usualmente a palavra "xerox" é usada como sinônimo de "fotocopiadora" e também como sinônimo de "tirar uma cópia". -

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Mapa de localização geográfica do município de maués, em destaque a área ampliada demonstrando os municípios limítrofes. ....	3
<b>Figura 2.</b> Imagens do Rio Paraná do Urariá. ....	4
<b>Figura 3.</b> Fotografia da Igreja Católica, Matriz de Nossa Senhora da Conceição, padroeira da cidade de Maués. ....	5
<b>Figura 04.</b> Imagem do Portal de acesso a Ponta da Maresia, local da Festa do Guaraná.....	6
<b>Figura 5.</b> A. Imagens da bela Praia da Ponta da Maresia em dia de evento da Festa do Guaraná com banhistas desfrutando de momento de praia e sol. Figura 05 B. Voleibol na Praia da Avenida Antártica ao fundo o belíssimo Por-do-Sol sob o Rio Maués-Açú. Figura 05 C. Por do sol visto da Avenida Antártica no período de enchente; Figura 05 D. Por do sol visto da Avenida Antártica durante a vazante. ....	7
<b>Figura 6.</b> Vista da cidade de Maués para quem chega por via fluvial.....	9
<b>Figura 7.</b> Área Indígena do Rio Marau/Andirá-Aldeias <i>Sateré-mawé</i> . ....	11
<b>Figura 8.</b> Cacho contendo frutos maduro in natura apto para a colheita e processamento dos grãos. ....	12
<b>Figura 9.</b> Pintura de autoria de João Macêdo retratando a <i>Cereçaporanga</i> – a virgem mais bela da tribo Sateré-mawé. ....	18
<b>Figura 10.</b> Processamento artesanal do guaraná em bastão. Guaraná em Bastão sendo ralado na língua do Pirarucu.....	23
<b>Figura 11.</b> Fórmula estrutural das principais metilxantinas presentes nas sementes de <i>P. cupana</i> . ....	29

## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 01.</b> O consumo do guaraná pelos Moradores de Maués.....	34
<b>Quadro 02.</b> O benefício do Guaraná .....	35
<b>Quadro 03.</b> A quantidade de Guaraná que consome por dia.....	36
<b>Quadro 04.</b> O consumo de guaraná e sua relação com a família. ....	37
<b>Quadro 05.</b> O consumo de guaraná por outros membros da família.....	38
<b>Quadro 06.</b> O que sente no corpo quando toma guaraná. ....	39
<b>Quadro 07-</b> Tempo de consumo de Guaraná.....	45

## LISTA DE GRÁFICOS

- Gráfico 1.** Representativo percentual da frequência diária de consumo de guaraná em pó dos discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40). ..... 42
- Gráfico 2.** Representativo percentual da quantidade diária de guaraná em pó consumida pelos discentes do IFAM-CMA dos cursos integrado (n=40). ..... 43
- Gráfico 3.** Formas de consumo do guaraná em pó discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40). ..... 43
- Gráfico 4.** Principais bebidas em que o guaraná em pó é adicionado e consumido pelos discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40). ..... 44
- Gráfico 5.** Informações sobre os principais motivos que levam os discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40) a consumirem o guaraná em pó. .... 45
- Gráfico 6.** Levantamento das principais atividades físicas praticadas entre os discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA (n=40) consumidores do guaraná em pó. .... 46
- Gráfico 7.** Regularidade das pratica das atividades físicas pelos discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA (n=40) consumidores do guaraná em pó. .... 47

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 01</b> – Dados populacionais dos indígenas na Terra Indígena (TI) Andirá-Marau no período de 1987 a 2014. ....	9
<b>Tabela 02</b> - Distribuição da cafeína e da teobromina em diferentes partes do Guaranazeiro.	21
<b>Tabela 03</b> - Quantificação analítica dos principais componentes orgânicos contidos em 100g de sementes Guaranazeiro. ....	22
<b>Tabela 04</b> - Dados dos Componentes de sementes torradas de guaraná em 100 gramas (%).	25
<b>Tabela 05.</b> Principais atividades farmacológicas inerentes aos compostos presentes nas sementes de guaraná ( <i>P. cupana</i> ) de acordo com a literatura pertinentes de 1988 a 2013. ....	25
<b>Tabela 06</b> – Efeitos do Guaraná em ratos, camundongos e humanos. ....	26
<b>Tabela 07.</b> Efeitos do Extrato de <i>P. cupana</i> nas lesões gástricas. ....	27

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>1</b>
<b>1 CAPÍTULO I HISTORICIDADE, USOS E COSTUMES NA COMUNIDADE SATERÉ-MAWÉ.</b> .....	<b>3</b>
1.1 Aspectos Históricos de Maués.....	3
1.2 Os Saterê-Maué. ....	8
<b>2 CAPITULO II O SIGNIFICADO DO MITO, DOS HÁBITOS, DA CIÊNCIA SOBRE O USO DO GUARANÁ.....</b>	<b>14</b>
2.1 O que é o mito?.....	14
2.2 O mito nas narrativas dos povos da Amazônia.....	15
2.3 Relação entre mito e hábito. ....	15
2.4 Mitos e hábitos no uso do guaraná pelos sateré-mawé: a ritualização do <i>çápó</i> . ...	16
2.5 Simbologia do guaraná: de patrimônio cultural a referência social. ....	17
2.6 O guaraná como mito e lenda. ....	18
<b>3 CAPITULO III A PRODUÇÃO, O CONSUMO E OS EFEITOS DO GUARANÁ: SABER CIENTÍFICO E SABER CULTURAL. ....</b>	<b>20</b>
3.1 Produção e uso do guaraná no Brasil.....	20
3.2 O guaraná em pó para consumo. ....	22
3.3 O guaraná em pó na visão científica – alguns efeitos.....	24
3.3.1 Efeito no sistema nervoso central (SNC) – Estimulante. ....	26
3.3.2 Indutor da perda de peso.....	26
3.3.3 Efeito gastroprotetor e antiulcerogênico.....	27
3.3.4 Guaraná em pó é droga? .....	27
3.3.5 Efeitos termogênicos e ergogênicos .....	28
3.3.6 Prevenção do câncer, envelhecimento precoce, hipertensão e dos diabetes ....	28
3.3.7 Efeitos adversos no consumo do guaraná em pó.....	29
<b>4 CAPÍTULO IV O CONSUMO DO GUARANÁ PELOS ESTUDANTES DO INSTITUTO FEDERAL DA AMAZONAS, CAMPUS MAUÉS: ENTRE MITOS, HÁBITOS E SABER CIENTÍFICO. ....</b>	<b>30</b>
4.1 Caracterização da pesquisa.....	30
4.2 Delimitação do campo da pesquisa. ....	31
4.3 Descrição dos participantes da pesquisa.....	32
4.4 A narrativa dos moradores adultos sobre o uso do guaraná. ....	33
4.5 Usos do guaraná entre os estudantes do Curso Técnico em Agropecuária. ....	41
4.6 O uso do guaraná nas práticas de atividades físicas. ....	41
<b>5 CONCLUSÃO.....</b>	<b>48</b>
<b>6 REFERÊNCIAS .....</b>	<b>49</b>
<b>7 ANEXOS .....</b>	<b>54</b>
<b>Anexo 01-</b> Lei Municipal Nº 178 de 17 de Novembro de 2007;.....	55
<b>Anexo 02</b> - Plano de Atividades da Oficina;.....	56
<b>Anexo 03-</b> Questionario de Investigação Quanto aos Conhecimentos Gerais sobre o Guaraná.....	59
<b>Anexo 04</b> - Questionário de Investigação do Hábito, da Frequência e da Forma de Consumo do Guaraná em Pó .....	62
<b>Anexo 5</b> – Transcrição das entrevistas, na íntegra, com os moradores de Maués. Colocar as datas de cada entrevista. ....	65



## INTRODUÇÃO

Desde o início de sua existência, o homem sempre se mostrou um eterno batalhador na busca pela melhoria da qualidade de vida das pessoas. Os caminhos em toda essa história de conquistas têm sido árduos, constante, sobretudo, persistente. Muitas dessas conquistas aconteceram de maneiras metódicas e experimentais, outras de conhecimentos empíricos, repassados através de gerações, que cultuaram esses ensinamentos nas mais variadas formas para a busca da melhor qualidade de vida e, conseqüentemente, para a longevidade.

Nessa busca para a melhoria da qualidade de vida, está sempre presente o profissional de Educação Física, tendo em vista que essa disciplina tem relação direta com o modo de vida da população brasileira, sem distinguir os fatores ou condições, pois atende um público bem diversificado em busca da melhor qualidade de vida, sejam crianças, jovens, adultos ou idosos, segundo o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF, 2000, p.4).

Diariamente, o profissional de Educação Física se depara com inúmeros questionamentos referentes à alimentação, crescimento, emagrecimento, obesidade, desempenho físico e outros questionamentos presentes no cotidiano da disciplina, pois: “A Educação Física afirma-se, segundo as mais atualizadas pesquisas científicas, como atividade imprescindível à promoção e à preservação da saúde, assim como à conquista de uma boa qualidade de vida”, segundo o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física (CONFEF, 2003).

### **Justificativa**

Cresce demasiadamente o interesse de pesquisadores acerca das propriedades nutricionais e terapêuticas do guaraná, principal produto agrícola cultivado no município de Maués. Com a publicação das pesquisas, conseqüentemente cresce o número de consumidores do guaraná nas suas diversas formas, com objetivos diversos, mas principalmente com o objetivo de melhorar o condicionamento físico de jovens atletas e adultos da terceira idade.

Pelo fato do guaraná ter suas origens nas terras do município de Maués, o que a tornou conhecido mundialmente como a “terra do guaraná”, identificou-se a necessidade de realizar as pesquisas no município de Maués, partindo da investigação do conhecimento que os estudantes do IFAM Campus Maués, possuem sobre o principal produto da economia de Maués, assim como, dos questionamentos da percepção dos mesmos quanto ao consumo do guaraná em pó.

Seria o guaraná em pó capaz de influenciar no desempenho de jovens atletas e assim poder ajudar atletas em atividades físicas? Sendo uma opção para as pessoas que querem ganhar mais qualidade de vida, embora poucas pesquisas falem do guaraná comprovadamente como agente termogênico ou ergogênico e que é uma das questões que mais tem despertado a curiosidade dos estudantes. Também seria capaz de interferir no sono? Possibilita mais atenção e qual o seu efeito no Sistema Nervoso Central? Uma vez que pra a comunidade de Maués o seu consumo está relacionado a cultura local um elo da história do município e as suas raízes indígenas, quais os cuidados que devem ser tomados com relação ao seu uso?

É importante destacar os cuidados e precauções para os consumidores de guaraná em pó, por ser um energético e possuir outras propriedades como estimulante natural e afrodisíaco, necessitando de mais atenção ao ser consumido.

Em decorrência das justificativas já pautadas, esta pesquisa também apresenta o contexto histórico do guaraná e seus descobridores, no qual se buscou relacionar a maneira como o guaraná (*Paullinia cupana*), planta da família das sapindáceas tem despertado a curiosidade e interesse de pessoas do ramo da ciência, do esporte e do agronegócio, por suas

propriedades medicinais, terapêuticas e energéticas, o que tem se revelado como uma grande fonte de renda com possibilidade de produção e comercialização.

## **Objetivos**

Geral: Conhecer a relação entre os mitos, os hábitos e as verdades científicas relacionadas ao consumo de guaraná em pó pelos estudantes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas, Campus Maués, e pela comunidade de Maués.

Objetivos Específicos:

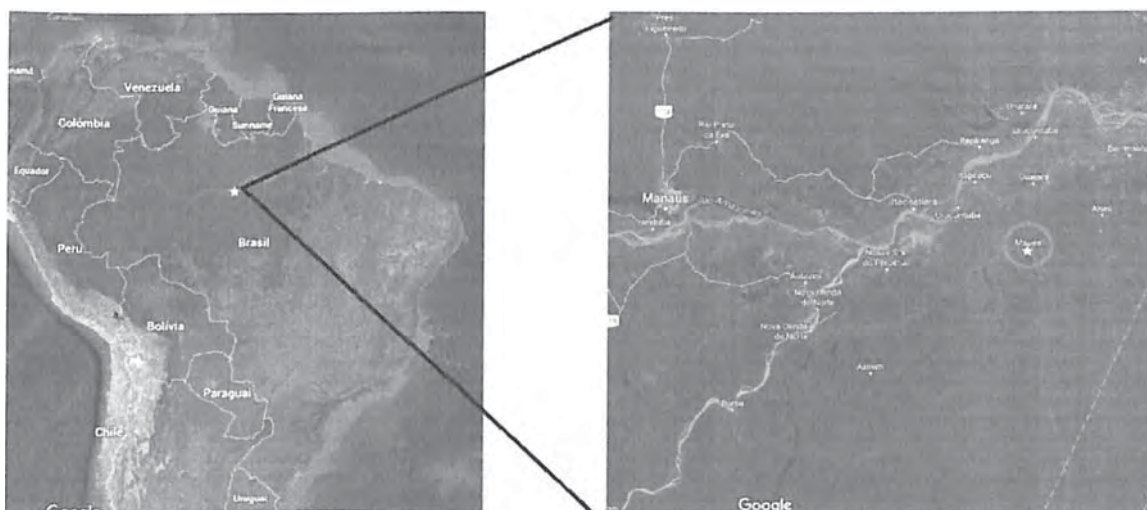
- a) identificar a relação entre os mitos, os hábitos e as verdades comprovadas cientificamente no consumo de guaraná (*Paullinia cupana*) em pó pela comunidade de Maués;
- b) identificar, na concepção dos alunos, o que os levam a manter o hábito do consumo do guaraná (*Paullinia cupana*) durante as atividades culturais e desportivas;
- c) correlacionar os mitos, os hábitos e a ciência no consumo do guaraná (*Paullinia cupana*).

# 1 CAPÍTULO I

## HISTORICIDADE, USOS E COSTUMES NA COMUNIDADE SATERÉ-MAWÉ.

### 1.1 Aspectos Históricos de Maués

Geograficamente, o município de Maués está distante de Manaus a 268 km em linha reta, via aérea, e 356 km em linha sinuosa, via fluvial. Na figura 08, é possível ver a distância em linha reta em vermelho e linha sinuosa em verde claro tracejada a distância via fluvial. O número de habitantes chega aproximadamente a 52.236 habitantes, dispersos de forma equitativa entre a área urbana e área rural (IBGE, 2010). No entanto, estima-se que a população em 2014 tenha chegado a 58.834 habitantes. (IBGE, 2014).



**Figura 1.** Mapa de localização geográfica do município de maués, em destaque a área ampliada demonstrando os municípios limítrofes.

Fonte: Google mapas (2016).

O município de Maués faz parte da Mesorregião Centro Amazonense, porém, encontra-se na Microrregião de Parintins, e seus limites são, ao sul: Apuí; a oeste: Borba, Nova Olinda do Norte, Itacoatiara; ao norte: Uruçurituba, Boa Vista do Ramos, Barreirinha; a leste: o Pará e seus municípios: Jacareacanga, Itaituba, Aveiro, Juruti. Está localizado em um dos afluentes do Rio Amazonas, o Paraná do Urariá (IBGE, 2008).

Na figura 2 A e B, temos o Belo Paraná do Urariá que é um dos afluentes do Rio Paraná do Ramos, em dois momentos.



**Figura 2.** Imagens do Rio Paraná do Urariá.

Fonte: João Macêdo (2016).  
Várzea alagada

Fonte: João Macêdo (2016).  
Barreiras da Região da Luzéia.

É comum as inquietações dos visitantes quanto à localização de Maués, tendo em vista que o município se localiza fora do fluxo de transportes fluviais do rio Amazonas. Dessa maneira costuma-se dizer quem só vai para Maués quem tem uma boa razão, ou é residente no Município ou está por motivos de lazer, como acima apresentado nesta pesquisa. Para deslocar-se até Maués é possível viajar em barcos regionais que saem do Porto de Manaus com o tempo aproximado de 18 horas, além de pequenos aviões, com voos regulares em dias úteis e ou, lanchas rápidas que conduzem até o Porto da cidade de Itacoatiara-AM, de onde é possível seguir pela rodovia AM-010 até Manaus.

Falar de Maués é viajar na história da cultura e nas belezas naturais de um pequeno município do interior do Estado do Amazonas, que ao longo de 183 anos de existência, tem inspirado artistas de todos os gêneros da arte brasileira. Conhecida como a “terra do guaraná”, por ser o berço deste produto, fonte de energia e longevidade, Maués recebe turistas em várias datas do ano, atraídos pelas belezas naturais, com praias de areias branquinhas, de rios caudalosos de águas pretas, de infinitas belezas e inúmeras espécies, de uma flora singular, que abraça um santuário natural de espécies que povoam a fauna dessas florestas e povoam esses rios em que caboclos desfrutam do guaraná, mais original e puro da Amazônia.

Na culinária, o visitante que vem a Maués tem a oportunidade de degustar sucos de diversas frutas típicas da região, como o legítimo “guaraná do índio”, assim como os diversos sucos com base no guaraná. Entre as diversas frutas de Maués, destaca-se o raro caramuri (*Pouteria opposita*), que surge nas matas de Maués, porém, foi verificado que em condições de floresta a frutificação ocorre ao longo de todos os anos, o problema é que para coletar os frutos, os ribeirinhos retiram grande parte da copa das árvores e para que ocorra a reposição de folhas ocorra demora cerca de 4 anos. Assim como o marimari (*Cassia leiandra*), o camu camu (*Myrciaria dubia*), que surgem no período da enchente, às margens dos rios de Maués, o uixi (*Endopleura uchi*), o piquiá (*Caryocar villosum*) e outros, típicos das matas de terra firme, encontrados entre os produtos da feira do produtor rural. A ficha técnica da maior parte dessas espécies frutíferas de elevado interesse comercial, econômico e social está retratada no livro de Silvestre (2011).

Da mesma forma, na feira do mercado, a população e os visitantes encontram todos os dias os saborosos peixes como jaraqui (*Semaprochilodus insignis*), tambaqui (*Colossoma macropomum*), tucunaré (*Cichla spp.*) e outros, que são bastante consumidos pela população, compondo parte do cardápio em Maués, podendo serem assados, fritos ou cozidos no tucupi, acompanhado pela farinha de mandioca da Vera Cruz (sem referência) e a pimenta murupi (*Apsicum chinese*).

Conforme os registros no livro História de Maués – Um caminho através do tempo (2010), o gentílico denomina-se Maueense, constituindo grande identificação cultural, artística, esportiva, com inúmeros pontos turísticos, dentre eles: Usina de Pau Rosa, Fazenda Santa Helena, Reserva de Desenvolvimento Sustentável do Urariá, Cachoeiras do Parauari e Amana, a Gruta do Amana, além de grande Patrimônio, Arqueológico, Patrimônio Histórico, com destaque do Obelisco (1840), artesanato de guaraná e principalmente a bebida *çapó*. O município de Maués oferece aos visitantes forte expressão artística do povo, como as lendas do guaraná: versão Cereçaporanga e Curumim, lenda do Porantin, lenda do Anselmo “O encantado”, Grupo de Raiz “Pingo de luz” e a “Folia do Divino”.

Considerando a importância das lendas na cultura de Maués, no ano de 2009, a Lei Municipal 178, de 17/11/2009 da providência: "Tomba a Lenda do Guaraná nas versões Cereçaporanga e Curumim como Patrimônio Histórico Artístico, Cultural e Imaterial do Município de Maués e dá outras providências", devidamente sancionadas para conhecimento e registro nessa Casa Legislativa (LEI, 2009, p.1).

Um ponto turístico de destaque em Maués, que faz parte do patrimônio material, é a igreja matriz de Nossa Senhora da Conceição, padroeira da cidade, construída na Praça Coronel João Verçosa, sendo orgulho do povo de Maués, principalmente da população católica. Conforme os registros de épocas diferentes, a igreja matriz sofreu alterações arquitetônicas ao longo do tempo, como pode ser visto nas imagens registradas nesta pesquisa. A primeira figura da igreja matriz foi registrada na década de 50 à 70 (figura 3.A) e a segunda em 2016 (figura 3.B), com detalhes das modificações arquitetônicas. Na praça, o obelisco permanece compondo a praça, mas também sofreu pequenas alterações.



**Figura 3.** Fotografia da Igreja Católica, Matriz de Nossa Senhora da Conceição, padroeira da cidade de Maués.

Fonte: A Blog do Ademir Bentes [1950-60]

B Fonte: João Macêdo (2016).

Figura da Praça da Matriz no período de 1950-60

Figura Contemporânea da praça da matriz (maio de 2016).

Quanto às manifestações culturais em Maués, segundo informações da Secretaria Municipal do Turismo, os eventos culturais do município de Maués têm seus registros na Secretaria de Cultura do Estado do Amazonas, como também no Ministério da Cultura, por serem considerados de grande valor turístico e econômico para o município de Maués. (Embora não tenha sido encontrado documentos oficiais). Dentre os eventos culturais do município de Maués, o que mais se destaca é a Festa do Guaraná (Imagem 04), que acontece no último fim de semana de novembro e início de dezembro, período que coincide com a colheita do guaraná. Essa festa reúne a população local e visitante, utilizam como palco para os espetáculos a praia da Ponta da Maresia.



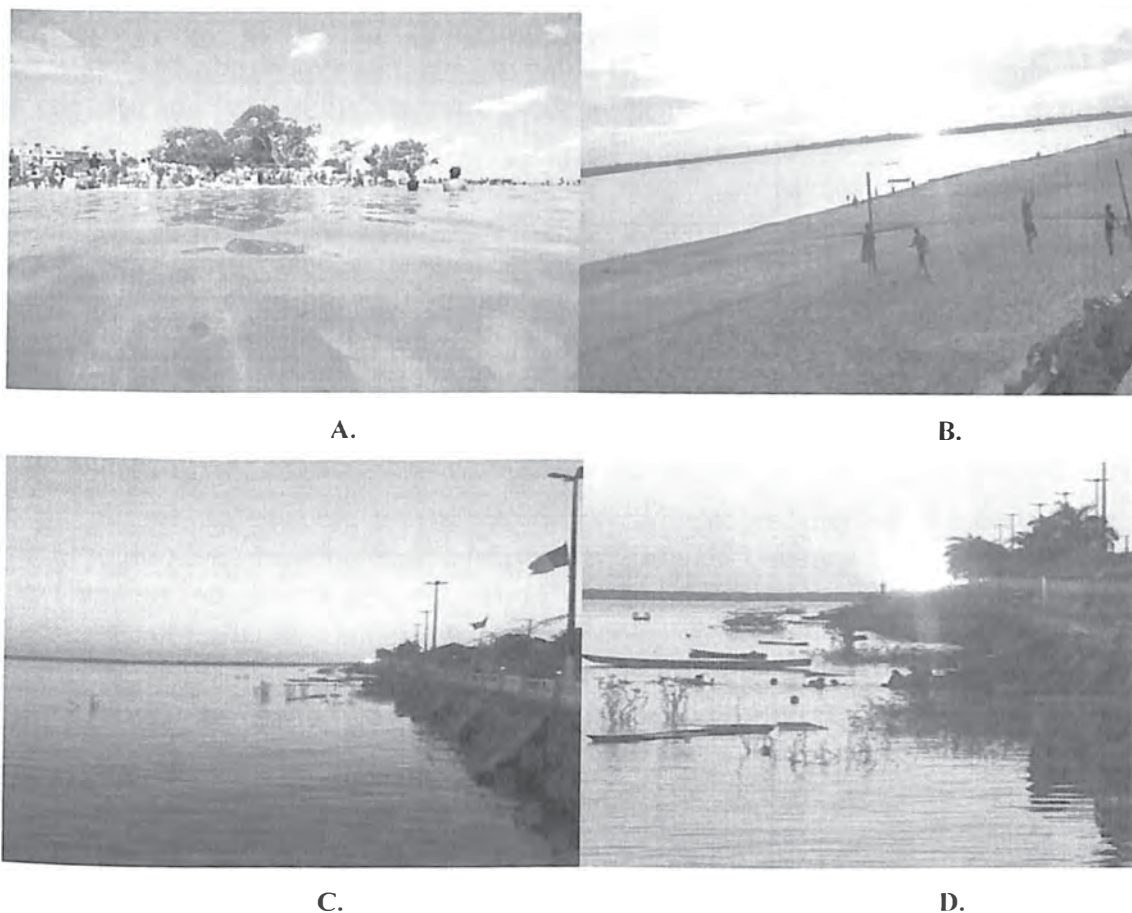
**Figura 04.** Imagem do Portal de acesso a Ponta da Maresia, local da Festa do Guaraná.  
Fonte: João Macêdo (2015).

O evento da Festa do Guaraná acontece durante três dias, com espetáculos, exposições, competições e apresentações culturais. Durante a Festa do Guaraná, o povo também tem o privilégio de assistir às lendas do Guaraná nas duas versões: Lenda do Curumim e de Cereçaporanga, tombadas como Patrimônio Cultural pela Lei Municipal Nº 178 de 17 de Novembro de 2009 (ANEXO 01) encenadas por grupos locais e shows musicais, encerrando com uma grande atração nacional. Para os moradores do município de Maués, assim como para os filhos de Maués residentes em Manaus, a realização da festa do guaraná no início do mês de dezembro é uma forma de natal antecipado, pois as famílias se reúnem e desfrutam juntas de momentos como almoço em família, passeios pelas margens do rio Maués Açu e desfrutam de bares e da culinária local, em restaurantes da cidade ou da Ilha de Vera Cruz, sempre regado pelo guaraná de melhor qualidade, encontrado puríssimo na época. SOUZA, (2011, p.54) diz:

[...] nesses dias, todos da cidade se deixam envolver por um clima de euforia ficando aquele vai e vem do povo a não acabar mais. Nessa ocasião, o ponto alto são as encenações características que são apresentadas ao público, lotando os espaços da praia da Maresia. São na verdade noites memoráveis (três dias).

Durante o dia e também a noite são montados muitos estandes para artesanatos derivados do Guaraná, e paralelo a isso é montada a feira do empreendedor com exposição e comercialização dos produtos da agricultura familiar Maueense. Um dos momentos mais participativos para a comunidade são os passeios pelas praias de Maués, além de deliciar e banhar nas águas cristalinas da Ponta da Maresia e Avenida Antártica além de poder praticar esportes nas areias de Maués Na figura 5 A, temos a praia da Ponta da Maresia em dia de grande lotação por banhistas em um dia de Festa do Guaraná, na figura 5 B temos a praia da Avenida Antártica em uma bela tarde de pôr-do-sol, com os desportistas praticando voleibol, um dos esportes mais costumeiros na época de praia.

Dentre as diversas belezas naturais de Maués, destaca-se também o pôr-do-sol, bonito em qualquer época do ano, mesmo em época da enchente do rio, sendo considerado um cartão postal para os admiradores da natureza (figura 5C e 5D).



**Figura 5.** A. Imagens da bela Praia da Ponta da Maresia em dia de evento da Festa do Guaraná com banhistas desfrutando de momento de praia e sol. Figura 05 B. Voleibol na Praia da Avenida Antártica ao fundo o belíssimo Por-do-Sol sob o Rio Maués-Açú. Figura 05 C. Por do sol visto da Avenida Antártica no período de enchente: Figura 05 D. Por do sol visto da Avenida Antártica durante a vazante.

Fonte: João Macêdo (2015).

Outro evento de grande importância para o município de Maués é o Festival de Verão, que acontece no período da semana da pátria e segue o mesmo formato da Festa do Guaraná, com competições esportivas, escolha da rainha do festival de verão, musa visitante, atrações culturais local, regional e nacional. Porém, o diferencial é que nesse período as praias estão na sua maior ‘exibição’, formando um grande atrativo turístico.

Acompanhando o calendário nacional, a Secretaria de Turismo municipal organiza o carnaval popular, sendo uma das maiores expressões culturais do Município de Maués, pois são quatro ou cinco dias de apresentação de bandas, com repertório do momento, disputa de blocos e escolas de samba. Nesses blocos e escolas de samba, os enredos são inéditos e abrangem temas e acontecimentos dentro do país e da comunidade, além de temas, cômicos e outros fictícios. São personagens tradicionais do carnaval popular assim como outros personagens do carnaval local que frequentam os dias no carnaval de rua de Maués, como na figura 6 a seguir.

A chegada da “Camélia”, momento em que a população se organiza para a batalha de “intrudors” na Praça de alimentação, com muita alegria e irreverência, grupos de músicas com o repertório da época além de blocos e escolas de sambas com suas baterias e se apresentam

para animar o evento, entre os blocos mais tradicionais está o tricampeão "VIRA COPOS<sup>1</sup>", assim como o campeoníssimo e irreverente "CABEÇA DE TOURO<sup>2</sup>" que homenageia anualmente um caso de traição de um casal conhecido da comunidade com a frase que se tornou slogan "cuidado!.. O próximo pode ser você", vale aqui salientar que os blocos e as escolas de samba se apresentam na avenida Dr. Perreira Barreto com disputa que envolve toda a comunidade com muita alegria e evidentemente com o guaraná em pó dando aquele gás a mais para os foliões.

Além dos eventos já citados, a população de Maués e os turistas, também podem participar do Festival da Vera Cruz, que é um evento folclórico que acontece na Ilha de Vera Cruz, com apresentações de grupos folclóricos em três noites, sendo que a última noite encerra com a apresentação e disputa de três bois-bumbá, sendo o Malhado, o Brilhante e o Garantido do Laginho.

## 1.2 Os Saterê-Maué.

Informações sobre a evolução histórica do povo *Sateré-mawé* podem ser encontradas no livro de Sônia Lorens 'Sateré-Mawé: os filhos do Guaraná', que faz parte do CTI- Centro de Trabalho Indigenista de 1992, com Coleção de Projetos, contada em relatos uma das mais completas obras sobre a trajetória histórica dos índios *Sateré-mawé* do Rio Marau.

Em sua trajetória histórica os indígenas *Sateré-mawé* são oriundos de grupos indígenas que se deslocaram para lugares onde seria possível encontrar terra para morar, comida e água. Atualmente, habitam a região do Médio Amazonas, nas divisas dos estados do Amazonas com o Pará e integram o tronco linguístico tupi. Os homens atualmente são bilingues, falando o *Sateré-mawé* e o Português, mas a maioria das mulheres, principalmente as mais idosas, influenciado pelo sistema patriarcal, só falam a língua *Sateré-mawé*. Apesar dos 322 anos de contato com os branco. Na página oficial Conselho Geral das Tribos *Sateré-mawé* -CGTSM, são encontradas informações quanto a população indígena do Marau e Andirá.

Atualmente, totalizam 13.350, segundo informações do Conselho Geral da Tribo *Sateré-mawé* - CGTSM, em 2014. A TI Andirá-Marau tinha em torno de 100 aldeias, situadas às margens dos rios *Uaicurapá*, *Andirá*, *Urupadi*, *Marau*, *Manjuru e Miriti*, e de seus igarapés. Nos últimos 30 anos, a população da TI *Andirá-Marau* triplicou, conforme pode ser constatado no quadro abaixo. Além da Terra Indígena *Andirá-Marau*, um grupo *Sateré-mawé* ocupa parte da Terra Indígena *Coatá-Laranjal*, da etnia *Munduruku*. Após conflito em 1965, na aldeia Ponta Alegre do rio *Andirá*, na TI *Andirá-Marau*, este grupo migrou para a TI *Waimiri-Atroari*, e devido a uma série de dificuldades, em 1980, migraram novamente para o rio *Mari-Mari*, na TI *Koatá-Laranjal*. Com autorização dos *Munduruku*, este grupo ergueu uma comunidade chamada Vila Batista II, que contava com 127 habitantes em 2005. (SITE CGTSM).

Quanto à população, na evolução da população indígena dos *Sateré-mawé*, é possível identificar as mudanças ocorridas ao longo dos últimos 27 anos, sendo de 4.710 indígenas nas terras Andirá/Marau em 1987 para 13.350 em 2014. Algumas significantes mudanças foram acontecendo com esses indígenas, que contribuíram para esse aumento da população *Sateré-mawé*, além de muitas atividades e projetos voltados para educação indígena, tendo em vista que atualmente existem muitos professores de origem indígena com nível superior além de tem formação bilíngue, especialmente na língua nativa, pois esses possuem apoio didático-

---

<sup>1</sup> Vira copos - bloco carnavalesco e time de futebol de campo de sênior tradicionais de Maués.

<sup>2</sup> Cabeça de Touro- bloco carnavalesco que homenageia anualmente um "chifre" de alguém conhecido na cidade.



pedagógico da Coordenação de Educação Indígena-CEI, da SEMED- Secretaria Municipal de Educação de Maués, conforme a tabela 01 abaixo, é possível comprovar ao aumento da população indígena nas Terras Indígenas( TI ) do *Marau e Andirá*.

**Tabela 01** – Dados populacionais dos indígenas na Terra Indígena (TI) Andirá-Marau no período de 1987 a 2014.

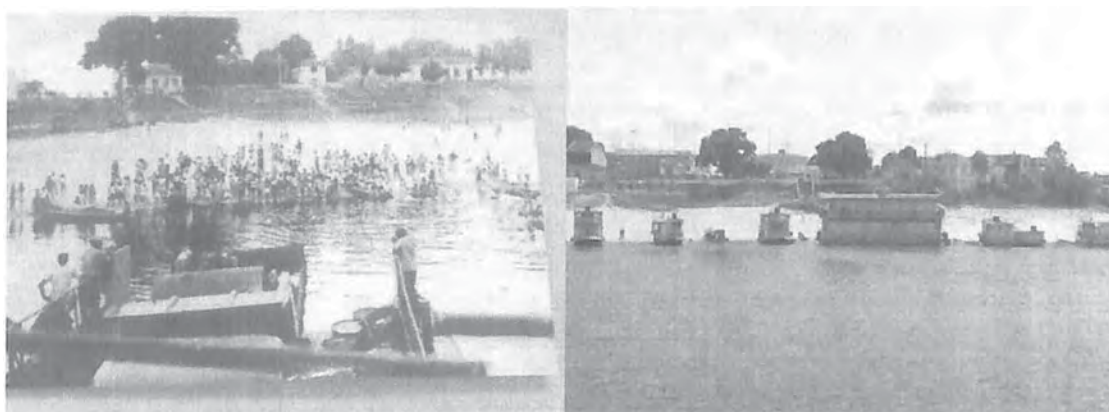
Ano	População	Informação
1987	4710	FUNAI
1991	5825	FUNAI
1999	6950	Ameríndia Cooperação
2000	7134	FUNAI
2002	7376	FUNASA
2003	7050	IBGE
2010	10761	FUNASA
2014	13350	CGTSM

Fonte: Adaptado de - Conselho Geral das Tribos Sateré Mawê– CGTSM, 2015.

Conforme relatos do Padre João Felipe Betendorf, em 1669, contam a primeira descrição do guaraná por meio da instalação do aldeamento jesuíticos:

Tem os Andirazes em seus matos uma frutinha que chamam guaraná, a qual secam e depois pisam, fazendo delas umas bolas, que estimam como os brancos a seu ouro. e desfeitas com uma pedrinha, com que as vão roçando, e em uma cuia de água bebida, dá tão grandes forças, que faz urinar, tira febres e dores de cabeça e câimbras” (MEMORIA DE BRASILEIROS-2007,p.12:13).

De acordo com relatos de pessoas idosas, o porto da igreja matriz era o local onde os *Sateré-mawé* atracavam suas embarcações advindas das áreas indígenas, conforme pode ser visto nas fotos antigas de resgate da história do município de Maués (figura 1A) em meados do ano de 1973, onde escoavam os produtos do extrativismo, que traziam para vender. Observa-se que nos dias atuais os *Sateré-mawé* mantem o costume de atracar seus barcos no porto da matriz, proporcionado pela proximidade do porto da matriz com o centro comercial de Maués.



**Figura 6.** Vista da cidade de Maués para quem chega por via fluvial.

Fonte: Carlos Vinícius Barroso (1962).  
A. Década de 60 (janeiro de 1962)

Fonte: João Macêdo (2016).  
B. Contemporânea (maio de 2016).

Conforme relatos, no campo da política, os *Sateré-mawé* mantinham uma forte ligação política com a Família Michiles, através do ex-prefeito Donga Michiles, Darcy Michiles, Senadora Eunice Michiles, Humberto Michiles entre outras, era uma relação muito forte que inclusive influenciou nomes de pessoas, escolas e até de comunidades ribeirinhas. Na sua história, esses povos foram denominados de maué, andiraze e ainda como maraguase, ocupando a região Sul-Oeste das ilhas Tupinambara nas Regiões do Rio Tapajós e do Rio Madeira. Nas suas andanças, buscando lugares mais promissores e seguros para viver no rio Amazonas, fugiram dos portugueses escravizadores dos indígenas, localizando-se, as margens dos rios e em suas cabeceiras e construíram povoados (aldeias) com uma população estimada em 60.000 (DOM JOÃO DE SÃO JOSÉ apud BERNAL, 2009, p.75).

Costumam identificar-se com simbologia em totens representados por animais, insetos e aves como símbolo e representatividade no meio social das tribos. Como por exemplo, o nome “*Saterê*”, significa “lagarta de fogo” considerado o mais importante clã<sup>3</sup> entre os que compõem essa sociedade, pelo fato de ser o totem que mais tem cedido chefes políticos entre as aldeias com grandes tuxauas. O termo “*Mawés*”, por sua vez, quer dizer papagaio falante, inteligente e curioso, embora não seja uma designação para clã. Durante sua trajetória, essa nação indígena já recebeu várias denominações como: *maooz*, *mabué*, *magués*, *jaquezes*, *mathués*, *maurís*, *mawés*, *maraguá*, *mahué*, *mangueses*, conforme descrito por Lorenz, Dallari e Lopes (MUSEU, 2007, p. 12).

Em sua organização familiar, os *Sateré-mawé* organizam-se em comunidades, onde cada família ocupa seu espaço no formato policultura LORENS (1992,p,55) como parte de sua sobrevivência ou até mesmo como atividade principal, com várias plantações como: guaraná, mandioca, macaxeira, jerimum, cará (branco e roxo), batata-doce e outros tubérculos, além de pomares com grande variedade de citrus bananas, abacaxi e abacate. Há de considerar que são coletores de vegetais derivados da floresta como fonte de alimento e de matéria prima para seus artesanatos, que tem forte reconhecimento principalmente nos tecumes de cestos de palha e cipó, paneiros, peneiras, abanos, chapéus, paredes e coberturas de casa (LORENS, 1992-p, 13).

Os *Sateré-mawé* possuem formas próprias e independentes de organização da produção. Através de associações, criadas e dirigidas pelos próprios membros da etnia, produzem e vendem seus produtos, devidamente certificados, sejam cultivados ou de extrativismo, como pode ser constatado no Consórcio dos Produtores Sateré-Mawé-NUSOKEN-“OS FILHOS DO WARANÁ” - que comercializa os produtos dos Sateré-mawé como artesanatos, derivados do guaraná e representa as ações e interesses desses indígenas por vários lugares do mundo através do Consórcio NUSOKEN.

Os Sateré-Mawé também são caçadores de animais para a sua alimentação como macacos, antas, veados, onças, aves, entre outros, além de pescadores de inúmeras espécies locais como o pirarucu, do qual tiram a língua para ralar o bastão do guaraná, tabaquis, tucunarés e outros da espécie de caracídeos.

Dessas organizações e da maneira de explorar as culturas, resultam o sucesso ou não do grupo familiar, que geralmente é patriarcal, podendo desenvolver-se aumentando o seu número de familiares e tornar-se uma promissora aldeia, com Tuxaua influente entre as demais aldeias ou auxiliar outra aldeia em seu desenvolvimento.

Dos produtos comercializáveis da economia *Sateré-mawé*, o guaraná é o que obtém o maior preço de mercado. O fruto da planta é usado para fazer o *çapó* – guaraná em bastão, ralado na água –, uma bebida cotidiana, ritual e religiosa, consumida em grandes quantidades. (Memórias de Brasileiros-2007p,12)

<sup>3</sup> Clã: no caso dos indígenas são parentes mais próximos, pais, filhos, sobrinhos e que estejam na ramificação familiar e nas casas das aldeias, já que para os indígenas “todo índio é parente”.

Quanto à localização geográfica das aldeias indígenas *Sateré-mawé*, as mesmas ocupam 38 comunidades, localizadas na floresta e às margens dos rios (figura 02). Apesar de aparentemente distantes, eles mantêm constantes contatos entre si e costumam reunir-se de maneira organizada, escolhendo representantes de direitos e de interesse dos grupos, além de politicamente manterem representações nas eleições municipais e estaduais nesses locais.



**Figura 7.** Área Indígena do Rio Marau/Andirá-Aldeias *Sateré-mawé*.

Fonte: Sateré-Mawé-retrato de um povo indígena, 2015.

Os *Sateré-mawé* estão sempre em representatividade junto à sociedade dos “brancos” e fazem se representar, defendendo seus territórios e demais interesses. Dessa forma, recebem apoio de instituições e grupos religiosos, ONGs e buscam a educação como um meio de desenvolvimento e preservação de sua cultura, pois dentro das sedes dos municípios de Maués, Barreirinha e Parintins o *Sateré* tem setores específicos para tratar da Educação Indígena. O mapa anterior, embora a resolução do atual mapa não possibilite mais detalhes, identificam 38 aldeias nesses rios sendo: *Andirá e Uaicurapá* no Município de Barreirinha e *Rio Marau, Urupadí, Manjurú e Miriti* no Município de Maués

Nos rios ocupados por essa nação indígena, as vias de acesso variam de acordo com a distância com seus afluentes e aldeias indígenas, conforme a relação a seguir:

- Rio Pupunhal; Monte Salém;
- *Rio Urupadi*; São Pedro, Vila do Quinha, Monte Horebe e Antiokia II;
- *Rio Marau*; (Margem Esquerda) Belo Horizonte, Nova Esperança, Santa Fé, Terra Nova, Vila Nova II, Santa Izabel, Vista Alegre, Nossa Senhora de Nazaré, Livramento, Santo Antônio, Santo Anjo, Marau Novo, Nova União, Nova União e Cabeça de Anta;
- *Rio Marau*; (Margem Direita) São José, Nova América, Boas Novas, São Jorge, Nova Liberdade, Nova Aldeia, São Bonifácio, Novo Remanso, Campo do *Miriti*;

- *Rio Urupadi:*( Margem Esquerda) Ilha Michiles, Nova Jerusalém, Vila da Paz, Sagrado Coração de Jesus, Monte Sinai e Santa Maria;
- *Rio Urupadi:* (Margem Direita) Menino Deus e São Benedito;
- *Rio Manjuru: Kuruatuba:*

Vale ressaltar que é no Rio Marau, afluente do rio Maués-açu, onde se concentra o maior número de indígenas da etnia *Sateré-mawé*, é uma região de floresta, com imensa quantidade de pequenos igarapés, seguindo uma das bifurcações à esquerda do Rio Maués-açu. É um Rio de água doce, com vasta ocupação de palafitas e outros tipos de casa regionais. Nesta configuração de habitação os indígenas foram-se aglomerados, dando origem às aldeias do *Sateré-mawé* do *Marau*.

De acordo com Doutora Sônia Lorens, no livro *‘Sateré-mawé: os filhos do Guaraná’*, que faz parte do CTI-Centro de Trabalhos Indigenista, 1992, a história remonta aos povos antigos, quando em suas andanças, procurando lugar para se instalar, foram criando assim suas comunidades, que ao longo dos tempos se transformam em cidades. Nessa proposta de desbravar o território brasileiro, inúmeras expedições vieram para a Amazônia, em busca de riquezas escondidas na floresta, no método do tomismo, auxiliado pelo arcabuz<sup>1</sup> e amparado pelos mandos das coroas exploradoras europeias, que a qualquer custo lançaram mão das riquezas locais e pouco ou raras vezes o não índio se vê como um invasor.

Durante muito tempo tem se falado dos frutos milagrosos do guaraná de Maués. Essas histórias têm ultrapassado fronteiras políticas, culturais e segue por muitos lugares do mundo, como uma nova descoberta vinda da Floresta Amazônica, especialmente presente de maneira direta na vida da população do município de Maués.

O Guaraná (*Paullinia cupana*), *Paullinia cupana* Kunth, pertence à família *Sapindaceae*. O nome *Paullinia* foi atribuído ao gênero a que pertence o guaraná, em homenagem ao médico e botânico alemão *Simon Pauli*. É conhecido por possuir propriedades fitoterápicas e energéticas. Por essas razões, acredito ter despertado a curiosidade e o interesse econômico.

Na figura 8 temos a figura do cacho de guaraná com as frutas aptas para a colheita, torragem e então processamento – moagem do pó.



**Figura 8.** Cacho contendo frutos maduro in natura apto para a colheita e processamento dos grãos.

Fonte: João Macêdo (2011).

<sup>1</sup> Clã: no caso dos indígenas são parentes mais próximos, pais, filhos, sobrinhos e que estejam na ramificação familiar e nas casas das aldeias, já que para os indígenas “todo índio é parente”.

A planta foi descoberta originalmente como uma planta trepadeira, nativa das terras do município de Maués, mas ao longo dos anos foi sendo objeto de estudos e sua fenotipagem, sendo moldada através de experiências para transformá-la em um arbusto, com altura aproximada de 1,5m (um metro e meio).

No Guia das Novas cultivares de guaranazeiro (EMBRAPA, 2011), o guaraná é um arbusto da região amazônica originário da cidade de Maués. No entanto, essa planta, que tem histórias, mitologias e lendas, nasceu enraizada na cultura dos seus “descobridores”, os *Sateré-mawé*, que em algumas literaturas, são citados como regionalizados ao rio Marau ou Andirá (GUARANÁ, 2007.p 15).

Os índios *Sateré-mawé*, foram os primeiros a fazer o plantio de guaraná para consumo, conforme relatado na obra “*Sateré-mawé: Os Filhos do Guaraná*”, de autoria de Sônia da Silva Lorenz, eles transformaram o guaranazeiro, uma trepadeira nativa da Amazônia, em arbusto cultivado. Além disso, desenvolveram técnicas de beneficiamento do caroço da fruta, de modo a permitir seu uso como bebida e medicamento. Com a chegada do homem branco, para a exploração extrativista, inclusive o guaraná, formaram-se povoados, que mais tarde se transformaram em cidades (LORENZ, 1992).

De forma geral, a semente de guaraná moída é tradicionalmente utilizada como fonte de energia, muito útil para acabar com a sensação de fadiga, causado pelo esforço intelectual e físico, torna-se cada vez mais conhecido mundialmente. Apresenta uma grande quantidade de cafeína e uma quantidade considerável de teobromina, o que faz com que o pó de guaraná seja usado como um energético natural. Acredita-se também que possui propriedades que auxiliam na concentração e raciocínio, assim como ação antioxidante, prevenindo o envelhecimento precoce das células, dentre outros efeitos.

Quanto ao valor econômico, o guaraná passa atualmente por um período similar ao que aconteceu com a borracha no período em que despertou a cobiça da Ásia e foi levada para a Indonésia e hoje é o maior produtor de látex da seringa do mundo. Fato semelhante ocorre com o guaraná de Maués. Durante muitos anos se observou inúmeras mudas nativas serem levadas para o Centro-Oeste e Nordeste Brasileiro, especificamente para os estados do Mato Grosso e Bahia.

Conforme dados da Companhia Nacional de Abastecimento (CONAB, 2015) do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA), a produção brasileira de guaraná em grãos foi de 3.660 toneladas.

Ao referir somente as questões de produção, de fato, estado do Amazonas perdeu este status, mantendo-se na segunda posição. Contudo, quando nos referimos a origem, tradição e cultura, Maués continuará sendo “a terra do guaraná”, com todas as suas lendas, crenças e formas de consumo, este status é diferente do da produção, contudo é de grande relevância para a cultura de uma região.

Embora os índios *Sateré-mawé* tenham descoberto há muito tempo os benefícios do guaraná, hoje, é uma cultura tipicamente amazonense, podendo ser encontrada em quase todos os municípios do estado do Amazonas e como já relatamos acima, hoje é uma cultura brasileira, devido sua produção em estados de outras regiões.

Sua origem amazônica (e no estado do Amazonas, em particular) não impediu que a concentração espacial de sua produção se transferisse desta região para a Bahia, hoje o maior e mais produtivo estado guaranacultor do Brasil. A diferença de produtividade se explica pela utilização, pelos produtores baianos, de técnicas básicas de cultivo, ainda pouco utilizadas pelos seus pares no Amazonas. Mesmo assim, o cenário atual indica o crescimento sustentado da produção e da produtividade de guaraná em sementes no Amazonas, com base na distribuição de mudas de guaraná resistentes a doenças e de alta produtividade pela EMBRAPA-AM e na implantação de projetos empresariais de cultivo que tendem a adotar padrões agrícolas tecnificados (GUARANÁ, 2003, p.7).

A planta foi descoberta originalmente como uma planta trepadeira, nativa das terras do município de Maués, mas ao longo dos anos foi sendo objeto de estudos e sua fenotipagem, sendo moldada através de experiências para transformá-la em um arbusto, com altura aproximada de 1,5m (um metro e meio).

No Guia das Novas cultivares de guaranazeiro (EMBRAPA, 2011), o guaraná é um arbusto da região amazônica originário da cidade de Maués. No entanto, essa planta, que tem histórias, mitologias e lendas, nasceu enraizada na cultura dos seus “descobridores”, os *Sateré-mawé*, que em algumas literaturas, são citados como regionalizados ao rio Marau ou Andirá (GUARANÁ, 2007.p 15).

Os índios *Sateré-mawé*, foram os primeiros a fazer o plantio de guaraná para consumo, conforme relatado na obra “*Sateré-mawé: Os Filhos do Guaraná*”, de autoria de Sônia da Silva Lorenz, eles transformaram o guaranazeiro, uma trepadeira nativa da Amazônia, em arbusto cultivado. Além disso, desenvolveram técnicas de beneficiamento do caroço da fruta, de modo a permitir seu uso como bebida e medicamento. Com a chegada do homem branco, para a exploração extrativista, inclusive o guaraná, formaram-se povoados, que mais tarde se transformaram em cidades (LORENZ, 1992).

De forma geral, a semente de guaraná moída é tradicionalmente utilizada como fonte de energia, muito útil para acabar com a sensação de fadiga, causado pelo esforço intelectual e físico, torna-se cada vez mais conhecido mundialmente. Apresenta uma grande quantidade de cafeína e uma quantidade considerável de teobromina, o que faz com que o pó de guaraná seja usado como um energético natural. Acredita-se também que possui propriedades que auxiliam na concentração e raciocínio, assim como ação antioxidante, prevenindo o envelhecimento precoce das células, dentre outros efeitos.

Quanto ao valor econômico, o guaraná passa atualmente por um período similar ao que aconteceu com a borracha no período em que despertou a cobiça da Ásia e foi levada para a Indonésia e hoje é o maior produtor de látex da seringa do mundo. Fato semelhante ocorre com o guaraná de Maués. Durante muitos anos se observou inúmeras mudas nativas serem levadas para o Centro-Oeste e Nordeste Brasileiro, especificamente para os estados do Mato Grosso e Bahia.

Conforme dados da Companhia Nacional de Abastecimento (CONAB, 2015) do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA), a produção brasileira de guaraná em grãos foi de 3.660 toneladas.

Ao referir somente as questões de produção, de fato, estado do Amazonas perdeu este status, mantendo-se na segunda posição. Contudo, quando nos referimos a origem, tradição e cultura, Maués continuará sendo “a terra do guaraná”, com todas as suas lendas, crenças e formas de consumo, este status é diferente do da produção, contudo é de grande relevância para a cultura de uma região.

Embora os índios *Sateré-mawé* tenham descoberto há muito tempo os benefícios do guaraná, hoje, é uma cultura tipicamente amazonense, podendo ser encontrada em quase todos os municípios do estado do Amazonas e como já relatamos acima, hoje é uma cultura brasileira, devido sua produção em estados de outras regiões.

Sua origem amazônica (e no estado do Amazonas, em particular) não impediu que a concentração espacial de sua produção se transferisse desta região para a Bahia, hoje o maior e mais produtivo estado guaranacultor do Brasil. A diferença de produtividade se explica pela utilização, pelos produtores baianos, de técnicas básicas de cultivo, ainda pouco utilizadas pelos seus pares no Amazonas. Mesmo assim, o cenário atual indica o crescimento sustentado da produção e da produtividade de guaraná em sementes no Amazonas, com base na distribuição de mudas de guaraná resistentes a doenças e de alta produtividade pela EMBRAPA-AM e na implantação de projetos empresariais de cultivo que tendem a adotar padrões agrícolas tecnificados (GUARANÁ, 2003, p.7).

## 2 CAPITULO II

### O SIGNIFICADO DO MITO, DOS HÁBITOS, DA CIÊNCIA SOBRE O USO DO GUARANÁ.

#### 2.1 O que é o mito?

Toda comunidade tem em sua forma particular os seus “mitos”, dessa maneira trás de acordo com sua expressão o valor etno-cultural do mito local ligando essa mitologia á raízes voltadas para a origem de seu grupo étnico, sua terra, produto agrícola, seres da fauna e flora ou imagens sacras. Assim sendo, é possível ver o quê dizem alguns importantes autores como Oliveira e Lima, Mircea Eliade e Souza , sobre o mito conduzindo o pensamento do mito para uma explicação do não natural ou incomum de algo que criou a explicação do inexplicável, ou buscar uma justificativa ao que não se entende.

Segundo a concepção de Oliveira e Lima (2006, p.1), mito é:

O mito é uma resposta à tentativa arcaica e perene de responder às questões sobre a origem do mundo, dos elementos, dos fenômenos e outros”. Dessa maneira e voltado para essa mesma maneira de pensar buscam responder aos questionamentos da existência da humanidade dentro do mundo.

No seu sentido antropológico, o Mito é a verdade, ou mais que isso é a verdade mais profunda e perene. É a história no seu contexto verdadeiro, tão mais verdadeira quanto é uma revelação primordial, um modelo das atividades e instituições humanas. É exemplar e sagrada podendo ser recitada, cantada ou dançada em ocasião solene, o que lhe dá o caráter de santidade. Desta forma o acesso a seu relato é reservado aos que já se submeteram a uma iniciação (OLIVEIRA e LIMA, 2006, p.2).

Para ELIADE(1992, p. 50), “aspecto do mito como revelador da sacralidade absoluta porque relata a atividade criadora dos deuses, desvenda a sacralidade da obra deles. Em outras palavras, o mito descreve as diversas e às vezes dramáticas irrupções do sagrado do mundo. Por esta razão, entre muitos primitivos, os mitos não podem ser recitados indiferentemente em qualquer lugar e época, mas apenas durante as estações ritualmente mais ricas (outono, inverno) ou no intervalo das cerimônias religiosas – numa palavra, num lapso de tempo sagrado. É a irrupção do sagrado no mundo, irrupção contada pelo mito, que funda realmente o mundo. Cada mito mostra como uma realidade veio à existência, seja ela a realidade total, o Cosmos, ou apenas um fragmento: uma ilha, uma espécie vegetal, uma instituição humana”

Enquanto que SOUZA (2006,p. 27) citando GUSDORF diz que “O mito está ligado ao primeiro conhecimento que o homem adquire de si mesmo e de seu contorno: mais ainda, ele é a estrutura deste conhecimento. Para o primitivo, não há duas imagens do mundo, uma “objetiva”, ”real” e a outra “mítica”, mas, uma leitura única da paisagem. Se para uma visão particular de dado autor o “mito” é uma resposta as origens é a “verdade perene” para outro como Eliade; desvenda a sacralidade da obra dos deuses e Souza diz ser o “mito” é o reconhecimento que o homem tem de eu no mundo em que está inserido.

## **2.2 O mito nas narrativas dos povos da Amazônia.**

Na rica e diversificada cultura amazônica encontramos muitos exemplos e demonstração de mitos, todavia, particular a cada lugar na Amazônia, há um elo forte entre a existência do mito amazônico com elementos da natureza, hora como parte justificativa da sua existência ou de algo ligado à produção agrícola (guaraná, mandioca, açaí.), guardião e protetor da floresta (curupira, jurupari...), ou até mesmo como responsável por acontecimentos não justificados (boto...) e sua vida ou sua preservação está ligada a sua repetição de rituais e comemoração dentro do ambiente em que está inserida.

Oliveira e Lima (2006, p.4) citam: Nas sociedades em que o mito ainda está vivo, (se considerando sua rejeição na sociedade pós-moderna), os indígenas distinguem cuidadosamente os mitos: “histórias verdadeiras”, das fábulas ou contos, que chamam de “histórias falsas”. Pois quando realizam suas atividades e que algo diferente do entendível acontece, associam esses fatos desconhecidos ou inexplicáveis aos mitos.

Por exemplo, se alguém se perde durante uma caçada na floresta, associam isso a brincadeira do curupira ou dizem estar sendo enganado pelo jurupari que defende os animais da floresta. Para os Sateré Mawé o guaraná está ligado à felicidade e alegria, pois na lenda do guaraná versão curumim, assim sendo, passa a ter um significado amplo de mitologia por ser capaz de proporcionar aos seus consumidores grandes qualidades físicas, como diz Padre João Felipe Betendorf S.J. (1669) citado por LOREZ,1992.

## **2.3 Relação entre mito e hábito.**

O mito é a representação histórica de um grupo ligando acontecimentos de origens ou acontecimentos de conquistas com personagens reais ou fictícios para sustentar uma parte importante na sua história. O mito, portanto, é a tentativa de dizer o indizível. O ser humano, desde sua origem, vive um encontro com algo que experimenta, como maior do que ele mesmo. De muitos modos ele tenta comunicá-lo falando do inefável, do sagrado, do mistério, dos deuses. Vivido e transmitido por um grupo humano ou experimentado por um indivíduo, o encontro com o sagrado é descrito como um misto de espanto, fascinação, temor e respeito.(OLIVEIRA E LIMA.2006.p.3).

Falando de Mito Lévi-Straus(1992, p.42) diz que toda a compreensão do mito está ligada no todo e não pode ser entendida como parte fragmentada, faz se necessário o conhecimento de cada etapa mítica para entender o mito é impossível compreender um mito como uma sequência contínua . Esta é a razão por que devemos estar conscientes de que se tentarmos ler um mito da mesma maneira que lemos uma novela ou um artigo de jornal, ou seja linha por linha, da esquerda para a direita, não poderemos chegar a entender o mito, porque temos de o apreender como uma totalidade e descobrir que o significado básico do mito não está ligado à sequência de acontecimentos, mas antes, se assim se pode dizer, a grupos de acontecimentos, ainda que tais acontecimentos ocorram em momentos diferentes da História . Complementa falando que é necessário ver o mito como uma partitura musical, pois somente pode ser entendida como suas frases seguintes e em ordem.

Para a comunidade estudantil pesquisada e os adultos, há o conhecimento empírico repassado no meio social em que estes são criados e dessa maneira se torna habitual consumir o Guaraná em Pó pois é um acontecimento que está ligado a sua família e há muito tempo está presente no convívio familiar, tornando tradicional, cotidiano, costumeiro e necessário.



## 2.4 Mitos e hábitos no uso do guaraná pelos sateré-mawé: a ritualização do *çapó*.

É comum no Rio Marau, na região indígena dos sateré mawé, se ouvir relatos do ritual do *çapó*, essa palavra de origem indígena tem um significado cerimonial para os povos a região sejam eles índios ou não-índios. Tudo está relacionado a autoridade ou melhor a hospitalidade do *tuxaua* que é o chefe político da aldeia ou localidade, entre inúmeras responsabilidades deste está a de oferecer hospitalidade, generosidade aos visitantes além de oferecer o *çapó* preparado pelo guaraná em bastão produzido pelos índios.

Na comunidade Mauesense e regiões vizinhas há grande procura pelo guaraná (bastão) produzido pelos indígenas, por ter sabor e efeito diferenciado dos produzidos pelos caboclos da região, fato relacionado aos modos de preparo do produto:

Existe uma distinção entre o guaraná beneficiado pelos Sateré-mawé, de excelente qualidade, chamado guaraná das terras, guaraná das terras altas e guaraná do Marau; e o guaraná beneficiado da região de Maués, chamado guaraná Luzéia-antigo nome desta cidade, de qualidade inferior porque é produzido sem os conhecimentos e apuro das práticas tradicionais dos índios. (Lorenz. 1992-p.40).

A preparação do *çapó* segue uma série de procedimentos que mais parecem um ritual, embora não seja um ritual formal. Nas reuniões familiares ou encontro em reuniões políticas, a ralação do bastão é um procedimento em que a esposa do *tuxaua* realiza com o objetivo de fazer uma mistura viscosa dentro da cuia (*Crescentia cujete*), preparada em um trançado de cipó denominado de “*patuai*”, após preparada a mistura viscosa essa é dissolvida na água mediante periódica submersão dos dedos da raladora do bastão. Após feita a quantidade desejada, a esposa entrega ao seu marido que toma um pequeno gole e repassa aos demais membros do círculo, seguindo sua preferência. Normalmente prestigiando os mais velhos ou visitantes importantes. Sequencialmente o *çapó* é repassado entre os presentes, de acordo com a aproximação dentro do círculo. Nas reuniões noturnas acompanham um grande cigarro de tabaco enrolado na casca do tauari (*Coutary tauary*). Esse procedimento se repete por todo o período de tempo em que se alongar a reunião ou cerimonial em questão. O também é *çapó* a bebida de rituais, como por exemplo, o Ritual da Tucandeira, tão importante nessas comunidades.

Lorenz, Dallari e Lopes (MUSEU, 2007) reportam, na obra publicada pelo Museu da Pessoa, Memórias dos Brasileiros - Saberes e Fazeres, que o de guaraná de Maués é:

A herança mais significativa dos Sateré-Mawé para o município de Maués foi a “descoberta” do guaraná e os conhecimentos adquiridos ao longo do tempo, a partir do seu cultivo. Essas transformações foram importantes para o desenvolvimento de novas técnicas e adaptadas por descendentes dos Sateré-Mawé e mais recentemente pelos brancos, que passaram a plantar o guaraná na região, para o desenvolvimento da Economia do município (p.11).

Nos relatos de antigos consumidores de guaraná em pó, esta fruta originária de Maués era conhecida pelos nativos, que a utilizavam antes de irem às lutas e em longas caminhadas, principalmente para aumentar a resistência à sede, calor e fadiga. Marcio Souza (1994) em sua obra Breve História da Amazônia, registra a passagem de um grande poeta brasileiro Antônio Gonçalves Dias (1823-1864), mostrando-se solidário aos mawés, muras e mundurucu após viver com estes e também Charles Frederick Hartt (1823-1864) que escreveu uma síntese etnográfica da Amazônia e foi um dos pioneiros em compreender e importância e a riqueza dos mitos indígenas.”

Os Sateré-Mawé utilizam a semente de guaraná para fazer o bastão, que é consumido como “*çapó*”, guaraná ralado na pedra de basalto e misturada na água, uma bebida cotidiana, ritualística e religiosa, consumida em grandes quantidades.

A bebida à base de guaraná consumida pelos sateré-mawé, denominada *çapó*, é sempre preparada pela mulher do anfitrião. Ela enche a cuia até um quarto do seu volume total e rala o bastão na língua do pirarucu ou em uma pedra lisa de basalto. Oferece a bebida primeiro ao marido e depois a todos os presentes, de acordo com a proximidade (MUSEU, 2007, p.12).

Um ponto bastante importante a considerar é o fato da esposa do anfitrião ser a escolhida por ser umas pessoas de ligação familiar com o chefe que recebe os visitantes, embora na ausência dessa, o chefe possa indicar uma filha ou neta. Para os Sateré Mawé, O sistema familiar é patriarcal, cabendo ao chefe ou *tuxaua* exercer o papel de líder familiar e social. E sua família segue os mandos deste no período antes, durante e depois do *çapó*, afirmando assim a liderança e o poder do líder na comunidade e região.

Autores como ALMEIDA (2007,p.12) e LORENZ (1992,p.43)mencionam a formalidade e procedimentos durante o consumo do *çapó*, pois segundo esses existem formalidades de fazer parte da cultura adentrada, uma vez que o visitante tende a se sentir parte do contexto em que ele está inserido, para os nativos é fundamental ser respeitado e respeitar, assim sendo, para os sateré-mawé é considerado como elo o visitante também consumir o *çapó* da maneira como é servido no cerimonial. Para tanto, Paiva (2010) ressalta a ritualização do uso do *çapó*:

[...] um ponto muito importante nesse ritual é que o visitante não pode fazer desfeita, ou seja, recusar-se a tomar a bebida, mesmo estando sem vontade, tem que tomar pelo menos um pequeno gole e também não podem acabar o que estiver na grande cuia, que deverá chegar até a mão do anfitrião com pelo menos um pouquinho, este por sua vez, entrega a cuia para sua esposa, que voltará a ralar mais guaraná para a próxima rodada de *çapó*.

Nesse sentido, além de estabelecer hierarquias internas no grupo indígena, o uso do *çapó* também estabelece as formas de relações externas, como a descrita acima, tratando-se de uma formalidade que é necessária para que todos os envolvidos se sintam como parte importante no contexto. A inserção do visitante na conversa é fundamental para o grupo. Além estabelecer a reunião familiar, o *çapó* é a bebida que os Sateré-Mawé utilizam em outros momentos. Lorenz (1992) diz que:

O *çapó* é a bebida que os Sateré-Mawé utilizam durante seus resguardos. As mulheres durante a menstruação, gravidez, pós-parto e luto e os homens na Festa da Tocandira, no luto e quando acompanham suas mulheres durante o resguardo do pós-parto.

Assim, é possível perceber a grandiosidade e importância do consumo do guaraná no ritual do *çapó*, esses ensinamentos são passados aos mais jovens por todas as aldeias e perceber a preservação das tradições na cultura Sateré-Mawé.

## **2.5 Simbologia do guaraná: de patrimônio cultural a referência social.**

Conhecida como uma das cidades mais hospitaleiras no interior do estado do Amazonas, Maués é composta por lendas, costumes, culinária exótica, além disso, destacamos o artesanato proveniente de raízes indígenas e caboclas, que se padronizaram, identificando uma particularidade Maueense. O município possui inúmeras praias naturais, com rios de água doce propícias para a prática de diversas atividades turísticas e esportivas. Herdeiros dos indígenas Sateré-Mawé, os Mauesenses tem na cultura do guaraná como um elo de ligação a sua origem, pois seus antecessores se autodenominam “Filhos do guaraná” relacionando a sua economia e a sua organização social, além de ter o seu cultivo como fator de grande importância na identificação de sua regionalidade e economia.

Desde os tempos antigos da primeira aproximação com os jesuítas, citado em 1669 por Pe. Felipe Betendorf S.j., e posteriormente em 1819, numa descrição de Carl Von Martins, o guaraná era produto de identificação da população de Maués. Sempre era procurado por pessoas de outras localidades Sul amazônica, quando comerciantes Bolivianos e Mato-Grossenses desciam o grande rio Amazonas, chegando a Serpa (Itacoatiara-AM) e Vila Bela e retornavam após ter buscado em Maués, arrobas de Guaraná que posteriormente eram distribuídos para terras como: Beni, Santa Cruz de la Sierra e Cochabanba e outros povoados como Guaporé e seus afluentes.

Por ser o guaraná o produto agrícola de maior expressão da cidade de Maués, é muito comum o Mauesense ser identificado por “filho da terra do guaraná”. Esse fato retrata, de forma direta, a ligação entre o cidadão que nasce em Maués e a sua maior espécie botânica aqui cultivada. Por isso é sempre encontrado em muitas residências como um elo a origem indígena de um povo aos seus modos de vida mais modernizado e que se mantém inclusive trocando a primeira refeição do dia pelo guaraná.

Este presente de Tupã está plantado na etnologia local, em que passa a ser um produto oferecido como símbolo de hospitalidade aos visitantes, sendo comum o Mauesense receber seus visitantes com uma boa dose de harmonia e guaraná original da terra. Não tem a mesma maneira de apresentação ou estar servido como o *çapó*, mas como um elemento aproximador e unificador entre culturas, por ser indicado, pelo menos popularmente, como afrodisíaco, energético, diurético, possuir propriedades vasodilatadoras e ser de fácil preparação para o consumo. No entanto, muitas propriedades a ele atribuídas necessitam ser comprovadas cientificamente, para tanto, torna-se imprescindível o cuidado na dosagem.

## 2.6 O guaraná como mito e lenda.

No modo caboclo de mencionar a beleza da mulher Maueense, fala-se que tal mulher é uma bela *Cereçaporanga*, ou seja, são utilizados os termos herdados dos antepassados indígenas, que dizem *Cereçaporanga* ser a mais bela índia da aldeia dos Sateré-Mawé, que servem para exaltar a beleza de uma mulher de Maués, na figura 09, temos a tela “*CEREÇAPONGA*” de minha autoria retratando a beleza cabocla da mulher Maueense, por ser uma das mais belas personagens da obra do Poeta Homero de Miranda Leão autor do poema/lenda do Guaraná versão *CEREÇAPORANGA*.



**Figura 9.** Pintura de autoria de João Macêdo retratando a *Cereçaporanga* – a virgem mais bela da tribo Sateré-mawé.

Fonte. Tela *Cereçaporanga* - Pintura João Macêdo (2015).

Dentre as heranças dos antepassados, estão inseridas na comunidade, fazendo parte do legado histórico e cultural as lendas do guaraná. Existem duas versões, sendo a Lenda da *Cereçaporanga* e a Lenda do *Curumim*, registradas através da lei municipal nº 178 de 17 de novembro de 2009 (ANEXO Nº 01).

Os relatos sobre a Lenda do Guaraná surgem a partir do século XIX, sendo a versão de *Cereçaporanga*, de autoria de Homero de Miranda Leão e a Lenda do *Curumim*, de origem dos relatos Sateré-Mawé, segundo o poeta Maueense Aldemir Bentes.

Na versão *Cereçaporanga*, preserva-se as características de romantismo. Conta a história de um romance proibido entre a mais bela índia Sateré-Mawé chamada *Cereçaporanga* e um índio de uma tribo inimiga dos Sateré, que ao serem descobertos, fogem para a floresta durante uma tempestade. Na fuga, um raio atinge uma árvore e um galho os atinge, matando-os. Tupã, o Deus dos indígenas, compadecido com o sofrimento da tribo, faz nascer uma árvore no lugar onde foi sepultada *Cereçaporanga*. Segundo a lenda, depois de um certo tempo, surgiu uma planta que começou a produzir um fruto que se parecia com os olhos de *Cereçaporanga*. Os indígenas tiveram a ideia de pegar as sementes e ralavam na pedra tirada do rio. Segundo a crença, esse fruto traz força, resistência, inteligência e tem a capacidade de controlar dor de cabeça e outros males.

O termo *Cereçaporanga*, da língua Tupi, contém os significados de “*cereçá*” (olhos) e “*poranga*” (bonitos) que significa olhos bonitos, fazendo referência ao formato do guaraná, “parecido com os olhos humano”.

Na maioria das manifestações culturais Maueense está presente a figura do guaraná e sua grande simbologia para toda a comunidade de Maués. Por essa razão, é necessário mostrar a outra versão da lenda do guaraná, pois essa tem todo um grande significado para os Sateré Mawé, pois eles contam e consideram a lenda do curumim:

Na versão dos sateré-mawé, que é chamada de mito, o guaraná é fruto brotado dos olhos do filho de *Onhiámuáçabe*, figura feminina que é, ao mesmo tempo, xamã, esposa, mãe e conhecedora de todas as plantas e seus usos. *Onhiámuáçabe* teria sido engravidada por uma cobra contra a vontade dos irmãos. Assim, mãe e filho foram expulsos do *Noçoquém*, considerado um lugar sagrado, onde a índia havia plantado uma castanheira encantada. Seu filho foi morto pelos guardiões do lugar ao invadi-lo para comer as frutas. Ela então enterrou os olhos do menino. Do olho esquerdo nasceu o guaraná falso, ou guaranarana; do olho direito nasceu o guaraná verdadeiro. Dias depois, embaixo do guaranazeiro, nasceu um menino, o primeiro sateré-mawé. Por isso, os índios dessa tribo se consideram “filhos do guaraná. (ALMEIDA. 2007, p. 20).

Essas duas versões estão presentes na cultura local sendo a identificação da lenda e do mito relacionados Guaraná e o seu surgimento na lenda de *Cereçaporanga* e a mitologia de origem dos Sateré-mawé, que se denominam “filhos do guaraná”.

### 3 CAPÍTULO III

## A PRODUÇÃO, O CONSUMO E OS EFEITOS DO GUARANÁ: SABER CIENTÍFICO E SABER CULTURAL.

### 3.1 Produção e uso do guaraná no Brasil.

O estudo realizado por Tfouni e colaboradores (2007) com 13 marcas de guaraná em pó disponíveis no comércio das cidades de Campinas e Ribeirão Preto, demonstrou que mais de 50% das amostras apresentaram, em média, quantidades três vezes superiores ao encontrado nas sementes do café (média de 7,59g cafeína/grama de pó). A concentração de cafeína entre as amostras variou entre 14,18mg a 28,79mg (cafeína/g de pó), com uma média geral de 20,68mg/g. Estes valores podem estar relacionados às diferenças de procedência e processo a que a matéria-prima foi submetida. Neste sentido, os resultados desses pesquisadores:

[...] mostraram a grande variabilidade existente em relação ao teor de cafeína nas diferentes marcas de guaraná em pó disponíveis no comércio, [...] que, em média, a quantidade deste alcalóide no guaraná é maior do que no café, [...] esse produto pode ser considerado como uma importante fonte da cafeína na dieta (TFOUNI, et al, 2007, p.67).

Considerando estes teores de cafeína, os autores relatam ainda que

Um consumidor frequente de guaraná em pó, independentemente de ingerir conjuntamente outras fontes de cafeína na dieta, poderá apresentar sintomas característicos do “cafeinismo” que [...] pode provocar ansiedade, inquietação, irritabilidade, tremores, perda de apetite tensão muscular e palpitações no coração (TFOUNI, et al, 2007, p. 67).

Isso se deve, possivelmente, às diferenças de procedência e processo a que a matéria-prima foi submetida. Comparando-se com o pó de café, fonte tradicional de cafeína na dieta, verifica-se que o teor médio de cafeína encontrado no guaraná em pó, dependendo da variedade plantada e da marca do fabricante, pode ser até quatro vezes maior ou menor que outra.

Conforme dados da Secretaria de Proteção Indígena- SPI (Brasília-DF, 1995), atualmente o guaraná é uma cultura que pode ser encontrada em quase toda a Amazônia Internacional, sendo sua maior quantidade produzida no Brasil, abrangendo os estados do Pará e Amazonas, o estado do Acre, parte da Venezuela, Bolívia, Colômbia, Loreto no Peru, a maior parte das Guianas, chegando até o Rio Pindaré, no estado do Maranhão (PIRES, 1949) mas, também é cultivada em pequenas propriedades na Venezuela e Colômbia, onde recebe o nome de cupana. Existem duas variedades; *Paullinia cupana* var. cupana e a *Paullinia cupana* var. Sorbilis. A primeira é conhecida como o falso guaraná e a segunda (sorbilis) é a única variedade cultivada comercialmente no mercado brasileiro.

O Brasil é o único país do mundo a produzir o guaraná em escala, de alto potencial econômico. Essa cultura, que anteriormente era quase exclusiva do estado do Amazonas, atualmente, outros estados produzem em grande quantidade, destacando-se a produção nos estados do Mato Grosso, no Vale do Ribeira em São Paulo e na zona cacauera do Estado da Bahia, principalmente no estado do Amazonas, com destaque para as cidades de Maués e, em escala bem menor, nos municípios de Uruará, Presidente Figueiredo (FURLAN, 2003, p.7)

Seguindo os preceitos locais de produção, em especial em Maués, tem-se que a família do produtor tem papel fundamental na produção do Guaraná, essa maneira de envolver todos os demais membros da família é uma estratégia comum na região, pois todos dão valor maior a produção do Guaraná frente a outras culturas dentro da propriedade familiar.

Para tanto, Nazaré e Figueiredo (1982, p.6) descrevem que:

A cultura do guaraná comportou-se, através das décadas, como sendo algo peculiar, uma vez que, mesmo depois de tantos anos de pesquisas, pode-se considerar que ainda são poucas as informações capazes de proporcionar um embasamento definitivo sobre a cultura, sendo que, em alguns aspectos, pode-se até mesmo dizer que essas informações praticamente inexistem.

Quanto à composição química do guaraná, segundo dados publicados em 1995 pela Embrapa, através da SPI-Brasília-DF, pode-se observar a presença de cafeína e de teobromina, contidos particularmente na semente de guaraná, bem como em outras partes do guaranazeiro. Esses dois compostos, em especial a cafeína possuem propriedades vasodilatadoras.

É muito comum a exploração das sementes e das casquilhas do guaraná, ademais, também é muito importante conhecer outras partes do guaranazeiro como: a flor, folha, tronco/casca, tronco/lenho, raiz/casca e raiz/lenho, uma vez que também possuem boa concentração de cafeína (tabela 02) e outros componentes do guaranazeiro (MARAVALHAS,1965).

**Tabela 02 - Distribuição da cafeína e da teobromina em diferentes partes do Guaranazeiro.**

<b>Parte da planta</b>	<b>Cafeína</b>	<b>Teobromina</b>	<b>Teofilina</b>
Semente/casca	2,29	0,045	Presença
Semente/amendoa	4,40	0,030	Presença
Flor	Traços	1,54	-
Folha	0,38	1,20	-
Tronco/casca	0,17	0,98	-
Tronco/lenho	0,19	-	-
Raiz/casca	1,74	-	-
Raiz/lenho	0,24	-	-

Fonte: Adaptado de Maravalhas (1965).

Maia (1972) ao analisar os principais componentes orgânicos contidos em 100g de sementes secas de guaraná constatou que a maior parte da matéria vegetal seca (49,12%) é composta por fibras vegetais, seguido em ordem decrescente pelos constituintes: amido > resina vermelha > água > Ácido málico > Ácido guarana-tânico > Cafeína > Óleo fixo de cor amarela > Ácido Piro-guaraná > Ácido tânico > Substância corante vermelha > Glicose > Saponina > Substância amarga (tabela 03).

**Tabela 03** - Quantificação analítica dos principais componentes orgânicos contidos em 100g de sementes Guaranazeiro.

Componentes	Porcentagem
	Média (n=2)
Fibra vegetal	49,125
Amido	9,35
Resina vermelha	7,8
Água	7,65
Dextrina, pectina, mucilagem	-
Ácido málico- sais, etc	7,4385
Ácido guaraná-tânico	5,902
Cafeína	4,813
Óleo fixo de cor amarela	2,95
Ácido tânico vermelha	4,326
Substância corante vermelha	1,52
Glicose	0,777
Saponina	0,06
Substância amarga	0,050
Ácido piro-guaraná	2,750

Fonte: adaptada de Maia (1972).

As informações contidas nessas duas tabelas (02 e 03) expressam quantidades significativas dos componentes químicos e orgânicos presentes no guaranzeiro, desde as raízes, até suas amêndoas. De todos esses constituintes, cafeína, teobromina e teofilina, merecem destaque, visto que vem despertando interesse na indústria de fármacos e bebidas energéticas.

Assim sendo, a compreensão dos padrões de desenvolvimento sociais intrínsecos à cultura dessa espécie, permeia entre o mitos, crenças e cientificismo. É justamente dentro dessas contraposições que esta pesquisa se estabeleceu, fortificando-se na busca por mais conhecimento dessa espécie que atende por anos e anos aos interesses etnoculturais e econômico da cidade de Maués, imediações e porque não do mundo.

### 3.2 O guaraná em pó para consumo.

Muito tem sido falado em relação ao consumo de Guaraná em pó e outros derivados do Guaraná, porém, vale salientar que os hábitos de tomar guaraná é uma frequente atitude da população na cidade, sejam os naturais de Maués ou mesmos os que por aqui residem, inclusive este foi um dos "porquês" desse produto ter ido mundo a fora (FURLAN, 2003, p. 2):

[...] entretanto, sua origem amazônica (e no estado do Amazonas, em particular) não impediu que a concentração espacial de sua produção se transferisse desta região para a Bahia, hoje o maior e mais produtivo estado guaranaicultor do Brasil. A diferença de produtividade se explica pela utilização, pelos produtores baianos, de técnicas básicas de cultivo, ainda pouco utilizadas pelos seus pares no Amazonas. Mesmo assim, o cenário atual indica o crescimento sustentado da produção e da produtividade de guaraná em sementes no Amazonas, com base na distribuição de mudas de guaraná resistentes a doenças e de alta produtividade pela EMBRAPA-AM e na implantação de projetos empresariais de cultivo que tendem a adotar padrões agrícolas tecnificados.

Segundo um levantamento realizado pela Superintendência da Zona Franca de Manaus-(FURLAN,2003, p. 5) a produção de sementes/ramas de guaraná no Brasil gira em

torno de 4.300 toneladas/ano. Estima-se também que 70% desse total seja absorvido pela indústria de refrigerantes e os outros 30% restantes abastecem o mercado interno e externo, seja na forma de pó, bastão, extrato ou xarope (SEBRAE 2012; FURLAN,2003, p.7). A agricultura do guaraná se apresenta como uma economia sustentável, principalmente, para a comunidade indígena Sateré-Mawé e de outros ribeirinhos espalhados pelas margens do rio Amazonas e seus afluentes (EMBRAPA 2008, SEBRAE, 2012).

Os frutos do guaranzeiro são colhidos manualmente e reunidos em recipientes onde é acrescido água para que ocorra a fermentação e separação da polpa que restem as sementes/ramas. Uma vez lavadas em água e levadas ao sol para que ocorra a primeira secagem, as sementes são colocadas em tachos de metal ou em fornos de barro aquecido com fogo a lenha, para completar a secagem através da torrefação. Após o processo de resfriamento natural, são acondicionadas em sacos de juta ou em balaio de fibras vegetais, onde são transportadas para outros centros comerciais onde os grãos são convertidos em pó através do processo de moagem em moinhos elétricos (CORTESI; ROVELLINI 1994; EMBRAPA 2008 SEBRAE, 2012).

No entanto, habitualmente os ribeiras e os “nativos de Maués, processam essa joia da natureza (as sementes) de maneira muito peculiar”. O bastão de guaraná é resultado da semente, que após seca, é pilada artesanalmente em “pilão” de madeira e se torna uma massa homogênea é moldado em forma de bastão, que fica por um período de secagem no fumeiro para ganhar resistência, até se tornar um bastão duro e compacto. É consumido após ser ralado ao modo tradicional em pedra de basalto, ou então, na língua do peixe “Pirarucu” figura 10.



**Figura 10.** Processamento artesanal do guaraná em bastão. Guaraná em Bastão sendo ralado na língua do Pirarucu.

Fonte: Paneleiros/ Etno, 2015.

Quanto ao “Xarope”, é uma forma de produzir um componente que inclui as casquilhas que a semente possui. A semente contém teores de cafeína: 2,29, teobromina: 0,045 e a teofilina, que também está presente. Dessa forma, há maior aproveitamento da semente.

Também existem inúmeros microempreendedores que vendem prontos para o consumo em forma de *Shakes*, sucos, misturados a outros produtos, com fins diversos e informações empíricas. Na maioria, com informações verbais como por exemplo o Mirantã, que tem inúmeras propriedades, entre elas antirreumáticas. Algumas das literaturas encontradas se referem ao efeito fisiológico (SILVA, 2003). Nos 15-45 minutos após a ingestão, a cafeína começa a atuar a nível fisiológico, atingindo o máximo efeito no sistema nervoso central (SNC) entre 30 e 60 minutos após a ingestão.

É costume local a população de Maués consumir o guaraná nas primeiras horas do dia, antes do desjejum, ou mesmo antes de tomar o primeiro banho do dia. Na zona rural e na zona urbana é muito comum, a população ralar o bastão de guaraná em uma pequena pedra de



basalto ou usar a língua do peixe Pirarucu (figura 10). Além da forma tradicional de tomar o guaraná em pó, existem diversas formas de consumo. O que tem sido mais consumido é o que muitos denominam de “Turbinado”. Esse tipo de suco tem a preferência da população mais jovem e de boa parte dos visitantes, principalmente nos eventos culturais que acontecem na cidade.

De acordo com informações extraídas de Tieppo-Terra (2012) essa mistura à base de guaraná, conhecida como um verdadeiro “Viagra” no Amazonas promete:

“Turbinado” é um nome da bebida considerada bastante energética e afrodisíaca no Amazonas. Essa fórmula de consumir o guaraná tem: misturando aveia, leite, amendoim, castanha, abacate, guaraná e mirantã, que é uma raiz considerada o “viagra” do Amazonas, gelo e água, esta vitamina promete animação para a noite toda. A bebida, que não leva álcool, é uma das mais vendidas na Festa do Guaraná, que acontece em Maués, a 267 km de Manaus.

Assim, a comunidade Maueense costuma se dirigir as banquinhas que vendem esses compostos em momentos como a Festa do Guaraná, carnaval, festival de verão e outros para buscar essa energia contida no popular “turbinado”, porém além das épocas festivas é possível encontrar essa mistura em pontos estratégicos na cidade de Maués-AM.

### **3.3 O guaraná em pó na visão científica – alguns efeitos.**

Uma das questões que surgiu e que se tornou um problema difícil de ser resolvido foi a grande quantidade de pó de guaraná encontrada na cidade de Maués, mas que não tem conhecimento de qual a cultivar foi usada para produzir determinado produto. Dessa forma, as várias amostras de Pó de guaraná, que encontramos foram de procedência incerta, ou melhor, não era possível determinar o teor exato da composição química, considerando ainda que o fato não compõe assunto dessa dissertação. Portanto foi necessário usar o termo geral Guaraná em pó de Maués. Conforme Parente, Oliveira Junior, Costa (2003, p.3), “esta última, conhecida vulgarmente como guaraná, guaraná de Maués ou do Baixo Amazonas, foi a variedade cuja produção e comercialização se difundiu por várias regiões de clima favorável no Brasil – Pará, Acre, Bahia, Mato Grosso, dentre outros”.

Assim, é necessário frisar que a composição química do Guaraná em pó é uma demonstração dos elementos encontrados nas amêndoas de Guaraná, pois a quantidade ou percentual dos Componentes Químicos varia de um para o outro, podendo influenciar no resultado ou desempenho de seus consumidores, uma vez que o produto certamente tem manuseio diferente e influencia na resposta do organismo.

Dessa maneira entende-se que ingerir determinada quantidade de Guaraná em pó requer cuidados que irão desde a origem, quantidade, horário, cuidados para com antecedentes referentes às doenças cardiovasculares e ou hipertensão.

O guaraná tem sido objeto de estudo e de constante preocupação entre os cientistas por seus efeitos no organismo uma vez que em suas amêndoas contém inúmeros elementos químicos, com teores de cafeína que é um derivado de bases purínicas estruturalmente identificadas como 1-,3,7-trimetilxantina, que está sendo vista atualmente como a substância psicoativa mais consumida em todo o mundo (TFOUNI,2007). Outro ponto que tem preocupado nos estudiosos do assunto é que cada vez mais está sendo consumido por pessoas de todas as idades, de todos os sexos e sem fronteiras geográficas. Esse alcaloide é encontrado naturalmente em mais de 63 plantas e entre estas o guaranazeiro, que em suas sementes apresentam os maiores teores de cafeína.

Essa situação desperta uma relação de efeitos possíveis desta com algumas doenças, apesar de muitas pesquisas não apresentar comprovações de que o consumo de forma moderada, cerca de 300mg/dia, possa causar danos a saúde de indivíduos saudáveis O

*cafeinismo* é aparente em pessoas que tem consumo superior a 400mg/dia, ocasionando sintomas como inquietação, irritabilidade, ansiedade, tremores, perda de apetite, tensão muscular e palpitações no coração.

São inúmeras as informações quanto aos elementos químicos contidos nesse fruto, como por exemplo, as informações técnicas e farmaco-químicas sobre o guaraná.(tabela 04).

Segundo NAZARÉ e FIGUEIRÊDO(1982.p,11), a composição química encontrada na semente de Guaraná 100g (material seco).

**Tabela 04** - Dados dos Componentes de sementes torradas de guaraná em 100 gramas (%)

<b>Componentes</b>	<b>Quantidade %</b>
Cafeína.....	5,388
Óleo fixo de cor amarela.....	2,950
Resina vermelha.....	7,800
Princípio corante vermelho.....	1,520
Princípio amorfo.....	0,050
Saponina.....	0,060
Fibra-vegetal.....	49,125
Amido.....	9,350
Água.....	7,650
Pectina, ácido málico, mucilagem, dextrina, sais, etc.	. 7,470
Ácido guaraná tânico.....	5,750

Fonte: apud Cabral (1932)

A literatura científica tem publicado diversos trabalhos envolvendo os possíveis efeitos farmacológicos contidos nas sementes de guaraná (*P. cupana*). Neste sentido, a tabela 05 descreve as principais atividades farmacológicas atribuídas à componentes extraídos da semente do guaraná, entre os anos de 1988 a 2013, adaptada de Hamerski et al (2013).

**Tabela 05.** Principais atividades farmacológicas inerentes aos compostos presentes nas sementes de guaraná (*P. cupana*) de acordo com a literatura pertinentes de 1988 a 2013.

<b>Atividade</b>	<b>Referências</b>
Baixa Toxicidade	Vermaak (2011), Mello (2010a,b), Oliveira (2005), Santa Maria (1998), Mattei (1998),e Fonseca (1994)
Antioxidante	Bittencourt (2013), Portella (2013), Dalonso (2012), Majhenic (2007), Mendes e Carlini (2007), Yamaguti-Sasaki (2007), Basile (2005), e Mattei (1998)
Fungicida e Bactericida	Basile (2013, 2005), Majhenic (2007), Yamaguti-Sasaki (2007)
Antidepressiva, ansiolítica e anamnésica	Roncon (2011), Shahwar (2010), Antonelli (2007), Majhenic (2007), Otobone (2005, 2007), Ushirobira (2007), Basile (2005), Espinola (1997), e Mattei (1998)
Quimioprolifática na carcinogênese e atividade antígeno-tóxica	Fukumasu (2011, 2008, 2006a,b), Oliveira (2002, 2011), Leite (2011); Cragg(2006),e Espinola (1997)
Inibitória na agregação de plaquetas	Bydlowski (1991, 1988)
Protetora de lesões gástricas	Campos (2003)
Redutor do risco de obesidade, hipertensão e síndrome metabólica	Krewer (2011)
Efeitos Antifadiga	Campos(2011)

Fonte: Adaptado de Hamerski et al (2013).

### 3.3.1 Efeito no sistema nervoso central (SNC) – Estimulante.

Com relação aos seres humanos, os efeitos cognitivos do guaraná têm se mostrado controversos. Por outro lado, já foi observado que o guaraná aumenta os efeitos psicoativos melhorando o desempenho, sendo este efeito principalmente sobre a atenção e precisão (KENNEDY et al., 2004). O mesmo grupo demonstrou recentemente num estudo duplo-cego placebo os efeitos de diferentes doses do guaraná em humanos (HASKELL et al, 2007), confirmando a melhora cognitiva dos pacientes, inclusive essa melhora não está atribuída à cafeína. Por outro lado, Galduróz e Carlini (1996) não observaram qualquer efeito cognitivo após a administração de guaraná em pacientes humanos.

**Tabela 06** – Efeitos do Guaraná em ratos, camundongos e humanos.

Efeitos	Espécie	Dose de guaraná	Tipo do extrato	Referência
Manutenção da memória	Rato	0,3-3,0 mg/ml	Aquoso	(ESPINOLA et al.1997)
Anti-amnésico	Rato	0,3-3,0 mg/ml	Aquoso	(ESPINOLA et al.1997)
Anti-depressivo	Camundongo	25-50 mg/ml	Bruto-pó	(CAMPOS et al., 2005)
Melhora precisão e atenção	Humano	75 mg	Etanólico	(KENNEDY et al., 2004)
Melhora cognitiva	Humano	37,5-300 mg	Etanólico	(HASKELL et al.,2007)

Fonte: adaptado de FUKUMASU, H, 2008, p.40.

### 3.3.2 Indutor da perda de peso

Elemento funcional com finalidade de levar à perda de peso, geralmente é utilizando na forma de compostos – suplementos combinados a outras plantas: (a) Ginseng (*Panax ginseng*); (b) Erva-mate (*Ilex paraguayensis*); Ma-Hung (*Ephedra sp.*) e; Daminana (*Turnera difusa* var. *aphrodisiaca*). Juntamente com a efedrina (Ma-Hung), que também possui a substância cafeína na sua composição, o guaraná é conhecido por produzir a perda de peso, tanto em animais quanto em humanos (DULLOO apud MILLER, 1987).

Acredita-se que esse efeito deva-se ao aumento do tempo para o esvaziamento gástrico, conseqüentemente mantendo os pacientes saciados por mais tempo. Experimentos realizados em ratos sedentários e treinados (LIMA et al., 2005) demonstraram que o guaraná atua diretamente no metabolismo lipídico, desde que o guaraná contenha cafeína, por outro lado, a partir do momento em que se utilizava guaraná descafeinado, esse efeito se perdia. Assim sendo, os autores concluíram que os efeitos são decorrentes do conteúdo de metilxantinas presentes no guaraná.

Embora o guaraná seja um dos principais constituintes dos suplementos utilizados para a perda de peso em diferentes países, em especial, nos EUA, pode apresentar contraindicações, considerando seus efeitos colaterais, conforme apontados por Pittler e Ernst (2004): (1) Irritabilidade; (2) palpitações cardíacas; (3) taquicardia; (4) Ansiedade e; (5) outras desordens do Sistema nervoso Central. Sendo assim, caso o sujeito apresente algumas dessas complicações deve procurar um médico antes de consumi-lo.

### 3.3.3 Efeito gastroprotetor e antiulcerogênico

Campos e colaboradores (CAMPOS et al., 2003) constataram que um extrato seco de sementes de guaraná (50 a 100mg/kg, p.o.), administrados em ratos com lesões gástricas agudas induzidas pelo etanol ou indometacina, acarretou na diminuição significativa na severidade das lesões induzidas pelo etanol, igualmente ao efeito observado quando da administração da cafeína (20 e 30 100mg/kg, p.o.). Nessa pesquisa, os autores concluíram que o guaraná, e não a cafeína inibiu as úlceras gástricas induzidas pela indometacina. Por outro lado, concluíram que tanto o guaraná quanto a cafeína causaram uma diminuição significativa na secreção/volume gástrico em ratos. Assim sendo, esses mecanismos de ação necessitam ser melhor investigados.

**Tabela 07.** Efeitos do Extrato de *P. cupana* nas lesões gástricas.

Tratamento	Dose (mg/kg, p.o)	Indometacina (Escore de úlcera)	Etanol (% área Com lesão em $mm^2$ )	Suco Gástrico (ml)	Acidez Total ( $\mu$ Eq/h)
<b>Controle</b>	-	47,5 $\pm$ 2,9	21,4 $\pm$ 2,9	6,7 $\pm$ 1,5	327,5 $\pm$ 72,8
<b>Guaraná</b>	50	35,0 $\pm$ 2,9	9,4 $\pm$ 1,8	3,8 $\pm$ 0,8	145,0 $\pm$ 63,7
<b>Guaraná</b>	100	26,5 $\pm$ 2,5	13,4 $\pm$ 2,5	2,9 $\pm$ 0,8	148,8 $\pm$ 50,8
<b>Cafeína</b>	20	40,5 $\pm$ 4,1	8,9 $\pm$ 2,3	3,8 $\pm$ 0,8	113,0 $\pm$ 22,8
<b>Cafeína</b>	30	32,0 $\pm$ 4,8	1,1 $\pm$ 1,2	2,5 $\pm$ 0,4	86,3 $\pm$ 16,6

Fonte: Adaptado de Campos et al. (2005).

### 3.3.4 Guaraná em pó é droga?

Na realidade, o uso do guaraná tem sido crescente em todo o mundo, devido a inúmeros fins e objetivos, mas o consumo pode trazer sintomas e consequências diversas que muitas das vezes o consumidor de guaraná em pó necessita de cuidados ao consumir qualquer quantidade ou em qualquer forma os derivados do guaraná, por possuir grande concentração de cafeína e teobromina, que também podem ser encontradas no café e chocolate.

Porém, a cafeína tem efeitos mais fortes no organismo do que a teobromina. No guaraná em pó, a cafeína é até quatro vezes maior que no café com efeito orgânico de aproximadamente até seis horas e agindo diretamente nos mesmos receptores do Sistema Nervoso Central que a cocaína e a efedrina, porém de maneira bem mais leve. Essas substâncias aumentam o estado de alerta no indivíduo, além de propiciar um estado de bem-estar ocasionado pela liberação de adrenalina e dopamina no sangue. Essa é uma das razões que nos levou a estudar o uso de guaraná pelos estudantes em período de estudos mais exigentes contra o cansaço e a fadiga (TAVARES; SAKATA; RIOKO, 2012).

No entanto, dependendo do indivíduo e do horário em que for consumido, pode vir a comprometer o sono mais profundo ou o mais suave, após seu uso e seu efeito ter passado no organismo acontece uma outra situação que pode levar a sensação de mal estar, irritação, indisposição e agir psicologicamente levando a requerer o uso de guaraná em quantidade maior do que o recomendado diariamente pode proporcionar a sensação de animação entre os consumidores. Pode levar a um, mau humor e impaciência, círculo vicioso de uso que ao ser interrompido pode produzir sintomas como: dores de cabeça

Assim, se considerarmos a constante utilização do pó de guaraná por uma pessoa, se essa não consegue ter um dia de bem-estar sem consumir o mesmo, isso nos leva a entender que o guaraná em pó pode ser visto como droga, pois age diretamente no Sistema Nervoso Central (ZEFERINO, 2001).

Um estudo pesquisa realizado pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), através de sua Faculdade de Farmácia, realizado com seus alunos de Bromatologia, relaciona o guaraná (*Paullinia cupana* Kunth) como uma droga, e por ser muito divulgado nos meios de comunicação no Brasil se torna um perigo por incentivar seu consumo como energético e um grande estimulante, porém raras vezes mostra seus perigos entre estes o risco nas superdosagem e do modo como é manipulado para ser consumido

### **3.3.5 Efeitos termogênicos e ergogênicos**

A busca de efeitos rápidos e imediatos para eliminar as calorias extras tem levado as pessoas a opções em dietas que auxiliam nesse alvo. Entre essas buscas, destacamos os alimentos termogênicos. Com isso, surgem vários alimentos que possibilitam eliminar gorduras e elevam o metabolismo e consomem mais calorias para serem processados e digeridos, principalmente no período do inverno quando as atividades físicas se tornam mais difíceis, porém com o passar do tempo várias opções foram surgindo com sabores agradáveis capazes de ajudar na dieta e possibilitar bons resultados na alimentação.

Dessa maneira, enquanto agem, os termogênicos transformam as gorduras retidas no corpo e as demais ingeridas durante a alimentação em energia tanto durante o período em que o corpo precisa de mais energia para realizar atividades físicas, como nas horas de descanso, já que mesmo em estado de repouso a ação proporciona uma queima calórica maior, facilitando a redução de peso e de gordura corporal embora seja extremamente necessário dizer de acordo com cada objetivo a dieta não resolve sozinha, principalmente a controle do peso pois necessita de exercícios físicos para conseguir os objetivos com mais segurança. Segundo Cunha (2013, p.11/12)

[...] os termogênicos não são os únicos responsáveis pela queima de gordura. Eles apenas ajudam no processo, acelerando o metabolismo e preparando o organismo para as atividades que realmente queimam calorias, como os exercícios físicos, por exemplo. É a união entre dieta equilibrada, composta também por termogênicos, e atividade física que fará com que a receita dê certo.

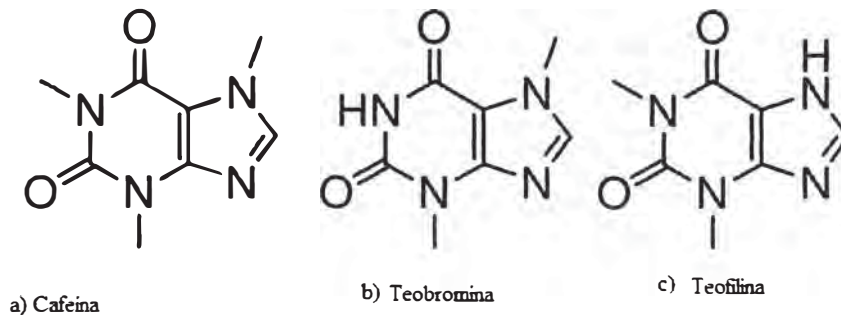
O guaraná (*P. cupana*) também é conhecido por suas propriedades estimulantes, devido à guaranina que, segundo Burke et al (2009), proporciona benefícios semelhantes à cafeína, como a redução da fadiga, aumento da agilidade, e auxílio ergogênico no âmbito esportivo. No mais, o referido pesquisador denota que os maiores benefícios ergogênicos da cafeína e guaraná pode sem ser visto quando administrados em pequenas quantidades (2-mg/kg).

### **3.3.6 Prevenção do câncer, envelhecimento precoce, hipertensão e dos diabetes**

Além dos efeitos em que elevam a resistência a fadiga, o guaraná em pó possui propriedades de ser estimulante, afrodisíaco, ação tônica cardiovascular, combate a cólicas, nevralgias e enxaquecas, ação diurética e febrífuga. Surgem outras possíveis atribuições relacionadas a prevenção do câncer, por prevenir ou retardar o envelhecimento, prevenir a hipertensão e do diabetes. Tfouni (2013) comenta que o guaraná ainda é antioxidante (ajudam a retardar o envelhecimento precoce), dilata os vasos (ajuda a suprir o corpo de oxigênio e nutrientes), previne doenças como o câncer e é afrodisíaco. Substâncias como a própria cafeína e outras menos conhecidas como a catequina, teobromina e teofilina, ajudam em todos esses benefícios.

Entre esses, trataremos de um desses especificamente: a teobromina, que é um alcaloide da família das metil-xantinas, da qual também fazem parte a teofilina e a cafeína

(figura 12), Substância normalmente encontrada no fruto do *Theobroma cacao* e que também pode ser encontrada nos derivados do guaraná. A medicina atual utiliza a Teobromina como um vasodilatador, sendo um alargador de vasos sanguíneos, na eliminação de urina e estimulante do coração. Nessa mesma direção a teobromina é utilizada como meio de prevenção de câncer. Dentro do organismo humano, a teobromina é metabolizada no fígado e transforma-se em metilxantina e subsequentemente em ácido metilúrico.



**Figura 11.** Fórmula estrutural das principais metilxantinas presentes nas sementes de *P. cupana*.

Fonte: adaptado de Hamerski, 2013).

No final do século XIX, a teobromina foi descoberta e seu uso iniciou em 1916, com tratamento médico para edema (líquido excessivo em partes do corpo), ataques de Angina Sifilica e Angina Degenerativa. E, segundo o Diário Americano de Nutrição Clínica (2007), a teobromina pode ser usada como tratamento para outros problemas circulatórios, inclusive arteriosclerose, certas doenças vasculares, de angina pectoris e hipertensão

### 3.3.7 Efeitos adversos no consumo do guaraná em pó

A preocupação está na maneira exagerada das pessoas consumirem o guaraná. Estas por necessidades momentâneas ou por falta de informação acabam fazendo uso de quantidades acima do que seria o ideal para ela e isso ocasiona problemas que podem ser desde uma perda momentânea do apetite até problemas como taquicardia, e em casos de pessoas com antecedentes de doenças de coração, pode ser mais grave as consequências. Não é indicado para pacientes com ansiedade, hipotireoidismo, arritmias taquicardia paroxítica, gastrite, colón irritável e também durante a gravidez e lactação, além de não ser utilizadas por pessoas cardíacas, pessoas com hipertensão e pessoas com idades abaixo de 12 anos.

A quantidade de pessoas com idade acima dos 80 anos no município amazonense de Maués, a 267 quilômetros de Manaus, chamou a atenção do Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS) e de diversos pesquisadores. Isso porque a taxa de indivíduos acima dessa idade no Brasil é de 0,5% em relação ao total da população. Já em Maués, o patamar está em 1%, o dobro da média, segundo Carvalho (2016).

Por outro lado, a cultura popular recomenda o uso do guaraná na forma de xaropes, chás, cápsulas ou pó diluído em sucos ou outras bebidas com um espectro muito amplo de efeitos, tais como: antidiarréico, anti-hemorragico, afrodisíaco, estimulante, tônico cardiovascular, diurético, sendo indicadas em diversos estados, incluindo blenorragia, leucorreia, hemorroidas, fadiga, enxaqueca, febre, cólica enevralgia. No entanto, seu emprego mais frequente é como estimulante do sistema nervoso, contra a fadiga, cansaço físico e mental, bem como no combate à sonolência (BALACH, 1974; HOMEOPATHIC, 1979). Desta maneira, podemos perceber que em alguns pontos existe uma confluência de ideias a respeito dos efeitos do guaraná sobre diversos males da população.

## 4 CAPÍTULO IV

### O CONSUMO DO GUARANÁ PELOS ESTUDANTES DO INSTITUTO FEDERAL DA AMAZONAS, CAMPUS MAUÉS: ENTRE MITOS, HÁBITOS E SABER CIENTÍFICO.

#### 4.1 Caracterização da pesquisa.

Marconi e Lakatos (1999) apontam a existência de diversos procedimentos de coleta de dados para uma pesquisa (coleta documental, observação, entrevista, questionário, formulário, medidas de opinião e atitudes, técnicas mercadológicas, testes, sociometria e história de vida).

No entanto, neste estudo, a coleta de dados deu-se por meio de um trabalho interativo, permeado pelas pesquisas bibliográficas, pesquisa documental, entrevistas, aplicação de oficinas e questionários destinados a diferentes fins, em conformidade com os objetivos da presente pesquisa.

No caso deste estudo que visa a relação entre os mitos e as crenças relacionadas ao consumo de guaraná em pó pelos estudantes do Instituto Federal do Amazonas (IFAM), Campus Maués (CMA) e pela comunidade de Maués, a técnica de coleta de dados foi realizada por intermédio de entrevistas. Essa técnica nos permitiu obter informações sobre as atitudes, sentimentos e valores subjacentes ao comportamento local, o que significa que pudemos ultrapassar o limite das ações, ou seja, incorporamos novas fontes para a interpretação dos resultados pelos próprios entrevistadores. (RIBEIRO, 2008, p. 141).

Por outro lado, o uso de oficinas como estratégia de pesquisa se configuram como práticas discursivas, ou seja, compreendem maneiras por meio das quais as pessoas produzem sentidos sobre fenômenos que estão a sua volta, e ainda mais, se posicionam em relação social cotidiana (SPINIK e MEDRADO, 1999). Assim, as oficinas nada mais são do que práticas sociais de caráter discursivo cuja produção nos remete à negociação retórica de versões, apreendidas a partir da dimensão performática do uso da linguagem, cujos efeitos são amplos e nem sempre associados a intenções originais (SPINIK, MENEGON e MEDRADO, 2014).

Considerando ainda a abordagem e a elucidação dos objetivos propostos no presente de estudo, empregou-se também o questionário semiaberto como técnica de coleta de informações, uma vez que essa técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões objetiva o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, situações vivenciadas pelo grupo em questão (GIL, 1999, p.128).

Assim, levando-se em conta, os pressupostos supramencionados, e os objetivos desse trabalho, a técnica de entrevistas (estruturada) aplicação de oficinas e questionários (abertos) se adequam perfeitamente, principalmente quando se busca esclarecimento sobre o conhecimento popular (empírico). Neste caso, aspectos culturais correlatos aos mitos, hábitos e o consumo de guaraná em pó pela comunidade de Mauense são fundamentais.

Na primeira etapa, foram realizadas pesquisas documentais e bibliográficas de cunho científico, envolvendo o município de Maués e sua correlação direta com o principal produto agrícola local, o guaraná. Num segundo momento, foram investigados os hábitos no uso do pó de guaraná de Maués. Nessa etapa fizeram parte os seguintes sujeitos: a) adultos e; b) discentes dos cursos técnicos ofertados pelo IFAM/CMA, - consumidores e não consumidores e praticamente de atividade física. Concomitantemente também fizeram parte do “corpus”

deste trabalho, estudantes do Curso Técnico em Agropecuária, os quais opinaram sobre os aspectos culturais dos mitos e cresças envolvendo o guaraná de Maués, antes e após a submissão à oficina pedagógica.

## **4.2 Delimitação do campo da pesquisa.**

Esta pesquisa foi realizada no município de Maués-AM, especificamente com os discentes do IFAM campus Maués e alguns anciões da referida cidade. O campus Maués tem sido um marco da educação no Município de Maués e das cidades vizinhas, principalmente, Boa Vista do Ramos que também tem muitos estudantes entre os que estudam no IFAM.

A instalação dessa unidade faz parte da segunda expansão da Rede Federal de Educação no ano de 2007. Dentre as 150 novas unidades de ensino, ofertadas na educação profissional e tecnológica no País não época, a Chamada Pública ocorreu no dia 24 de Abril de 2007 na qual a Prefeitura de Maués apresentou sua proposta de apoio à implantação de uma Unidade de Ensino no Âmbito do Plano de expansão da Rede Federal de Educação Tecnológica da FASE II.

As inscrições para o primeiro Processo Seletivo de Alunos para o campus Maués (figura 14) ocorreram em 14 de dezembro de 2009, de acordo com o Edital nº 11/2009 para a seleção de 120 alunos para os Cursos Técnicos em Agropecuária, Informática e Administração na forma Integrada ao Ensino Médio e pelo Edital nº 12/2009 para a seleção de 160 alunos para os Cursos Técnicos em Administração, Informática, Meio Ambiente e Recursos Pesqueiros, na forma Subsequente. A seleção foi realizada através de análise do Histórico Escolar das notas de Matemática e Português, valorizando assim o rendimento anual do aluno do nono ano do ensino fundamental para forma integrada. No caso dos cursos na forma subsequente, foram consideradas as notas do terceiro ano do Ensino Médio (IFAM, 2014).

De maneira geral, o principal objetivo que baliza os Cursos Técnicos em Agropecuária, Administração e Informática é a qualificação de jovens por meio da capacitação técnica e escolarização integrada de nível médio, desenvolvendo suas competências e habilidades, capacitando-os para atuar em diversos seguimentos da cadeia produtiva local, no caso o guaraná, ressaltando a valorização ética, da diversidade, do meio ambiente, da responsabilidade social e do contínuo auto aperfeiçoamento humano, contribuindo para o desenvolvimento da economia regional (BRASIL, PCCT, 2011).

O Técnico Integrado em Agropecuária se apresenta na forma integrada, no nível de Educação Profissional Técnica de nível Médio, no eixo de Recursos Naturais, com funcionamento no turno diurno. Apresenta-se com uma carga horária de formação geral de 2.960 horas, na formação profissional de 1.360 horas e carga horária de Estágio Supervisionado de 300 horas, perfazendo no total 4.620 horas.

Já o Curso Técnico Integrado em Administração na forma integrada, inserido no eixo Gestão e Negócios e de funcionamento diurno. Apresenta-se com carga horária de formação geral de 2960 horas, 900 horas na formação profissional e carga horária de Estágio Supervisionado de 200 horas, integralizando assim, 4.060 horas.

Por outro lado, o Curso Técnico em Informática, integrante do eixo Informação e Comunicação, também de funcionamento diurno e integrado, possui uma carga horária total de 4.420 horas, distribuídas em 2960 horas de formação geral, 1.160 horas de formação profissional e 300 horas de Estágio Supervisionado obrigatório.

Em linhas gerais, as matrizes curriculares dos Cursos Técnicos de Nível Médio do IFAM/CMA estão constituídas por disciplinas específicas dos cursos e de disciplinas que possibilitam uma maior compreensão das relações existentes entre os conhecimentos acadêmicos, o mundo do trabalho e o contexto histórico e social no qual os futuros Técnicos em Agropecuária, Administração e Informática estão inseridos. Na base dessa reflexão e



levando-se em conta os Arranjos Produtivos Locais (APL), inserisse o guaraná como tema transversal e elemento transdisciplinar.

### 4.3 Descrição dos participantes da pesquisa.

Compuseram o universo dos sujeitos da presente pesquisa, 5 (cinco) indivíduos da comunidade de Maués, e 61 (sessenta e um) discentes frequentadores dos diferentes cursos técnicos na modalidade integrada do IFAM/CMA.

Para se conhecer a percepção dos consumidores habituais de guaraná em pó de Maués, buscou-se as informações através de entrevistas, com o objetivo de ouvir as pessoas que utilizam este produto. As entrevistas estão entre as várias metodologias utilizadas para colher as informações que conduzem de forma direta a conhecer sobre comportamentos, acontecimentos, conjunturas, instituições, história das populações e de uma pessoa especificamente. Segundo Selltiz (2008), é uma das mais eficientes metodologias na busca de forma dialogada da informação.

O andamento dessa pesquisa passou pela necessidade de conhecer o ponto de vista dos mais antigos moradores de Maués como Dona Noeme Levy (85 anos), Sr. Carlos Roberto de Oliveira (62 anos) e alguns mais novos como: Professor Israel Pereira dos Santos (36 anos), Dona Genny Leite Nogueira (47 anos) e Sr. Silvio Proença, que reside em Maués a aproximadamente 15(quinze) anos e que criaram vários produtos a partir do guaraná, entre eles, o shake denominado de “turbinado”.

No caso dos docentes entrevistados, Percebemos uma mesclagem forte de características predominante caboclas com parte da genética indígena e com traços asiáticos. No livro “História de Maués - Um caminho através do tempo, da sua fundação aos nossos dias, Paiva (2010) cita um dos motivos dessa chegada de outros povos motivados por diversos fatores, referindo busca de melhores condições de vida:

Os imigrantes-judeus: o êxodo dos Judeus Europeus e de origem Marroquina, foi oriundo de diferentes fatores; pobreza, fome, perseguição, discriminação, de sinagogas, etc. em Maués Judeus, Italianos juntamente com Portugueses, dominaram o comércio, indústria e agricultura de guaraná do município. As famílias que inicialmente dominaram essas atividades em Maués foram os: *Levy, Abecassis, Pinto, Hatchwell, Benchaya, Assayag* e outras (PAIVA, 2010, p. 39).

As características desses povos foram moldando e criando tipos físicos e de comportamentos em que se observa claramente entre os docentes do IFAM-CMA, por serem boa parte filhos de agricultores em sua maioria, filhos de servidores públicos, comerciantes e de outra importante fatia desse “bolo” miscigenado: os filhos de ribeirinhos e sítiantes nas áreas rurais de Maués e da cidade de Boa Vista do Ramos. Essa mistura de origens e etnias formam a identidade cultural do município.

A categoria de discentes presentes na instituição, nos cursos integrados é de 332 discentes, distribuídos em cursos técnicos integrados em: administração, agropecuária e informática. São, na sua grande maioria, naturais de Maués, embora também existam alguns de Boa Vista do Ramos, Manaus e outras cidades vizinhas. Esses alunos participam anualmente de provas de avaliação no Ensino Médio como: ENEM, SIS, SISU, e isso tem sido uma das maiores conquistas dos discentes e docentes do Instituto.

Boa parte desses estudantes cerca de 215 (64,75% do total) são filhos de agricultores que tem a vida ligada com a produção e a cultura do Guaraná. Por conseguinte, uma boa parcela destes, 189 faz uso do pó de guaraná de maneira cultural como no meio familiar. É comum as famílias consumirem bem cedo, embora seja para 42 destes seja apenas uma tradição, para outra parte, os demais 147, é uma rotina e necessidade, pois além de ter suas

qualidades, o guaraná, para essa população, é bem mais acessível e de grande importância social, cultural e em alguns casos nutricional.

Na busca da elucidação dos objetos específicos pautados no corpus deste trabalho (contrapor as concepções discentes inerentes aos mitos e crenças inerentes ao consumo do guaraná pela comunidade Maueense *versus* aos conhecimentos científicos), optou-se pela oferta do direcionamento do convite aos discentes que compõem a turma 01 do curso técnico em agropecuária.

Outros argumentos pertinentes que justificaram essa escolha foram: (a) Essa dissertação está diretamente vinculado ao Programa de Pós-graduação em Educação Agrícola da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, na área de concentração em Educação Agrícola; (b) Essa turma é composta por um grande número de discentes, no total são 51 (cinquenta e um) discentes e; (c) O proponente da presente dissertação é professor responsável pela disciplina Educação Física que compõem a matriz curricular desta turma.

No dia 25/04/2016 foi feito convite a participar da pesquisa todos os integrantes da referida turma, (51 estudantes). No entanto, apenas 25 permaneceram na sala para ouvirem a explicação. Durante a explicação de 30 (trinta) minutos sobre os objetos e metodologias (aplicação de questionário e oficina e reaplicação do questionário) a serem empregadas no decorrer do processo, também foi salientado a importância da participação de todos para a realização do presente estudo que visava, entre outras coisas, a busca de informações pessoais plausíveis sobre o guaraná e Maués, considerando aspectos populares e científicos. Dos 25 presentes durante a explicação, apenas 21 estudantes aceitaram participar da Oficina Pedagógica (anexo 2), sendo 11 discentes pertencentes ao sexo masculino, e 10 discentes pertencentes ao sexo feminino, faixa etária dos participantes variou entre 14 a 18 anos.

O questionário contendo 20 questões, categorizadas em 6 (seis) subgrupos: (a) princípios ativos; (b) hábitos e costumes, lendas e mitos; (c) longevidade e afrodisíaco; (d) ação energética; (e) efeitos diversificados em sistema biológicos e; (f) possíveis efeitos em sistemas biológicos.

Visando a investigação dos sujeitos quanto aos conhecimentos intrínsecos sobre as bases científicas e populares sobre o guaraná de Maués foi estruturado um questionário, de acordo com a escala contendo 05 pontos. A escala de cinco pontos tem se mostrado eficiente e precisa quando comparadas com outros com mais pontos (DALMORO e VIEIRA, 2014).

O histórico da construção de escalas de mensuração está ligada ao trabalho de Rensis Likert publicado em 1932. Na referida escala, os respondentes precisavam marcar somente os pontos fixos estipulados na linha, em um sistema de cinco categorias de resposta (pontos) que vão de “aprovo totalmente” – 5 pontos, a “desaprovo totalmente” – 1 ponto.

O trabalho de Likert (1932) deixa claro que a sua escala centrava-se na utilização de cinco pontos, e não mencionou o uso de categorias de respostas alternativas na escala a ser utilizada. Embora o uso de escalas com outro número de itens, diferente de cinco, representem uma escala de classificação, quando esta não conter cinco opções de resposta, não se configura uma escala Likert. No entanto, outros pesquisadores tem utilizado números variados de pontos, caracterizando assim, o uso de escala do tipo Likert (CLASON e DORMODY, 1994).

#### **4.4 A narrativa dos moradores adultos sobre o uso do guaraná.**

Quanto as entrevistas com os moradores, pude neutralizar-me fazendo papel de ouvinte, pois, a relevância desse trabalho está em colher para a comunidade um grande produto social expondo as experiências de pessoas envolvidas na comunidade com idade a partir de 36(trinta e seis) anos e outra de idade mediana com 46 (quarenta e seis) anos passando pela visão de alguém com 62 (sessenta e dois ) anos e outra de 85(oitenta e cinco)

anos, tais pessoas coincidentemente estão ligadas a educação(sem prévia avaliação)e com ampla vitalidade expressiva.

O consumo do Guaraná está presente na vida de grande parte da população de Maués, o uso por diferentes faixas etárias tem sido uma preocupação pois nas faixas mais jovens alguns não consomem e outra parte não detém suficiente conhecimento dos seus efeitos sobre o organismo. Fez-se necessário realizar entrevistas com um grupo de anciãos para melhor compreender os benefícios que traz para essas pessoas, assim como sua experiência de vida com o Guaraná e seus efeitos ao longo de muito tempo de consumo.

Nas entrevistas foram realizadas seis questões que por ser um questionário dirigido porém, aberto em alguns momentos, vou me ater as questões que formam iguais para todos. As questões foram as seguintes: (1) Desde quando consome Guaraná?; (2) Qual o benefício do Guaraná?; (3) quantidade de Guaraná que consome por dia?; (4) O consumo de guaraná tem relação com a família?; (5) O consumo de guaraná por outros membros da família? e; (6) O que sente no corpo quando toma guaraná?

A seguir serão apresentadas no formato de quadro (04 a 09) as respostas às questões estruturadas da entrevista com os Anciões da cidade de Maués, em relação a seus principais hábitos de consumo do pó de guaraná.

**Quadro 01. O consumo do guaraná pelos Moradores de Maués.**

O morador de Maués consome guaraná em pó: <b>Desde que nasci, dos 3 meses, de pequena, desde que cheguei em Maués Papai e mamãe tomavam. Consumo as uns 40 anos.</b>	
Geny	<i>Desde que nasci (risos) meu pai me deu o guaraná</i>
Noemi	<i>Desde quando? Desde pequena! Porque a nossa casa era no meio do guaranazal, lá no sítio e era guaraná "tudinho ali", papai tomava, mamãe tomava e eu tomava com eles também, e tenho 85 anos</i>
Sr. Carlos	<i>Consumo guaraná regularmente, todos os dias, desde que eu cheguei em Maués em 1975. De 75 para 2015 são 25... 15... 40 anos exatos de consumo ininterrupto de guaraná todo santo dia</i>
Prof. Israel	<i>3 meses</i>

Como é possível observar dentro da comunidade esse costume de tomar o suco do guaraná em pó de maneira cotidiana, e nesse modo tradicional como visto pelas respostas dos adultos entrevistados metade deste (as) iniciaram o consumo no meio familiar por seguir os hábitos de seus pais. Porém, alguns cuidados devem ser tomados pois as crianças necessitam de muito cuidado para com a oferta de alimentos saudáveis e de preferência naturais e orgânicos, tipo os que são encontrados sazonalmente nas Amazonas na região de Maués. Segundo o endocrinologista Alfredo Halpern, (2011):

O controle da dieta dos pequenos deve existir, mas sem radicalismos – por exemplo, os pais podem liberar algo que está fora do cardápio uma vez por semana. Nos outros dias, eles devem incentivá-los a comerem de 3 a 5 frutas e salada antes das refeições.

Outra importante recomendação diz respeito aos cuidados com as gorduras, frituras, doces e refrigerantes que muitas das vezes é oferecido as crianças como recompensa por boas atitudes, o correto segundo o endocrinologista é “formar o paladar dos pequenos oferecendo novos sabores e fazendo com que eles experimentem diferentes alimentos de forma gradativa”. e incentivar a pratica de atividades físicas e ocupar mais tempo com esporte e menos com internet quando esta for presente na rotina das crianças.

## Quadro 02. O benefício do Guaraná

O benefício do Guaraná para os moradores de Maués:

**Fica com mais energia, mais vontade de fazer as coisas, passar o sono, ele é diurético, ele é bom para o intestino, porque eu acredito tanto, Nossa! Faz uma diferença do dia pra noite né, faz um efeito muito grande, o guaraná faz parte da minha vida, vou ser um desses velhinhos que ficam longevos, Como se saciasse a fome, me tirou o café que o café acaba irritando um pouco mais o estômago, o guaraná não dá esse efeito.**

Geny	<i>A gente fica com mais energia né, tá, quando indisposta e tomo guaraná a gente fica com mais vontade de fazer as coisas, com mais energia mesmo, passar o sono, é isso..Não, assim, é... Inibir a fome pra mim não funciona, não funciona, mas o sono, é... Por exemplo, como eu falei ainda a pouco, se eu não tomar eu passo mal, sinto dor de cabeça, sinto náuseas acho que pelo fato de meu organismo já estar acostumado com o fato de tomar desde que nasci, meu pai deu guaraná pra gente todos os dias né, mesmo pequenos, "uma colherzinha" ele dava pra gente, então eu acho que o fato de eu tomar todos os dias sem falhar, quando eu não tomo eu passo mal mesmo, sinto muita dor de cabeça, então sabe, eu acho que é isso mesmo, é meu, isso é meu, não sei se outras pessoas sentem, mas isso é meu.</i>
Noemi	<i>Me dá energia, ele é diurético, ele é bom para o intestino... Pra tudo eu tomo, toda manhã...</i>
Sr. Carlos	<i>Olha, pra mim ele faz um efeito, assim, quase que... Quase que miraculoso. Tem também, eu tenho certeza que tem muito das propriedades né, das propriedades organoléticas do guaraná mas eu acredito que tenha também um pouco do efeito placebo né, porque eu acredito tanto, eu sinto tanto, tamanha disposição e tanta diferença quando eu consumo o produto que... Nossa! Faz uma diferença do... Do dia pra noite né, às vezes eu... Eu passar aí a tarde, eu "tô" naquela meia... Meia "molezinha" e tal... Tomo um banho... Mas enquanto eu não tomo o guaraná, eu não... Não sinto a disposição, então em mim ele faz um efeito muito grande, inclusive aquele efeito colateral da taquicardia que muitas pessoas sentem quando, quando tomam, em mim nunca foi problema, nunca tive problema, a não ser em alguns momentos que eu andei abusando né, tomando em vários outros horários, tomando muitas vezes por dia, em alguns momentos que eu abusava assim, sentia que que o excesso "tava" sendo prejudicial mas imediatamente quando retornava, pronto, sem problema, e em mim o guaraná realmente, o guaraná faz parte da minha vida e eu acho que vou ser um desses velhinhos que ficam longevos aqui de Maués que tão aí hoje né, que são estudados pela UNAT (risos).</i>
Prof. Israel	<i>Bom, aí não dá pra dizer é... É meio subjetivo e... Pode ser que seja psicológico né, alguma coisa relacionada às vezes com é... Como se fosse... Enganar a fome, entre aspas né, mas esse efeito energético eu não percebo muito, não percebo muito. Agora realmente de... Como se saciasse a fome, sim, e é interessante porque é um hábito que me tirou o café que o café acaba irritando um pouco mais o estômago, e tal... E o guaraná não dá esse efeito</i>

Inúmeras pesquisas hoje apontam os efeitos do guaraná em pó como alimento complementar em algumas dietas ou opção desta complementação, mas, faz-se necessário alguns cuidados, principalmente com relação aos seus efeitos colaterais, ou a busca de uma resposta a algo que não é possível comprovação científica como por exemplo que: "o guaraná dá mais energia". No grupo de adultos pesquisados alguns relacionam a ter mais vontade de realizar as atividades do dia-a-dia, outro menciona após tomar o guaraná os dias realmente começam também efeitos sobre o sono ou a appetite, embora não tenha sido comprovado estes tais efeitos cientificamente, no depoimentos podemos observar a forte demonstração de que o

consumo de guaraná em pó para aos adultos está relacionado aos costumes já herdados de seus antepassados há muito tempo, assim como os seus modos e horários de consumo, pois assim podem evitar ou se for o caso procurar controlar o sono.

Segundo Smit e Rogers, Mesmo antes da atual legislação, o termo bebida energética já era comum na denominação destes produtos no Brasil, pois dentre os efeitos associados a estas bebidas estão reações como aumento da sensação subjetiva de alerta ou vigor, sensações relacionadas a um estado de “maior energia” e disposição no indivíduo.

Porém, vale salientar que os efeitos da bebida energética é particular de cada organismo, porém os cuidados estão com as crianças, mulheres grávidas, pessoas com problemas cardíacos, que podem sofrer efeitos colaterais graves, assim sendo capazes de promover estado de alerta, energia e redução ou adiamento do sono, à tais efeitos estão ligados a cafeína, que é a droga de maior aceitação social e mais largamente utilizada no mundo e utilizada pelo homem em todo o mundo há séculos, também são capazes de estimular o sistema nervoso com efeito de curta duração do estado de alerta. Dessa maneira abre um leque de grande aceitação econômica, segundo CARVALHO e MAIA(2006) em um artigo na revista Instituto Adolfo Lutz, dizem:

Desde seu isolamento químico em 1820, a cafeína, além de estimulante, tem sido utilizada terapêuticamente no tratamento da apnéia infantil, no tratamento da acne e outras desordens da pele, sendo também empregada no tratamento de dores de cabeça e enxaquecas. A cafeína também é encontrada em uma variedade de medicamentos usados como analgésicos, diuréticos, controladores de peso e preparações para aliviar alergias.

**Quadro 03.** A quantidade de Guaraná que consome por dia.

A quantidade de Guaraná que consome por dia:	
<b>Uma colherzinha mesmo de chá, uma “colherzinha”... De café, daquela bem pequena, bem cheia, Uma “dosezinha” um pouquinho maior, uma e meia colher de café, uma colher e meia, uma colher e meia de café bem cheia de manhã, Uma e duas colheres de chá, colher de chá pela manhã.</b>	
Geny	<i>É uma colherzinha mesmo de chá né, umas três colheres de açúcar e só mesmo, e a água, só.</i>
Noemi	<i>Não só tomo de manhã, uma “colherzinha”... De café, daquela bem pequena, bem cheia.</i>
Sr. Carlos	<i>Olha eu tomo de manhã, eu tomo uma... Uma “dosezinha” um pouquinho maior, eu tomo uma e meia colher de café e um pouquinho de açúcar, eu não aprendi a tomar o guaraná completamente sem açúcar, então eu tomo, uso açúcar mascavo. às vezes uso adoçante, mas eu adoço um pouquinho, eu tomo uma colher e meia, uma colher e meia de café bem cheia de manhã, e à tarde, eu tomo, diminuo um pouquinho, só uma colher de café.</i>
Prof. Israel	<i>Diariamente deparamos com essas colocações; colher de chá, uma colher de sopa de café estão em relação a algo que está sendo medido e ou consumido por pessoas ou fazendo parte de receitas para guloseimas e outros. Mas, afinal qual seria a quantidade matemática de</i>

Diariamente deparamos com essas colocações; colher de chá, uma colher de sopa de café estão em relação a algo que está sendo medido e ou consumido por pessoas ou fazendo parte de receitas para guloseimas e outros. Mas, afinal qual seria a quantidade matemática de

cada uma dessa “colheres”?. Segundo uma tabela publicada pelo Ministério da educação sobre a merenda escolar em 2015 as medidas de colher de sopa, sobremesa, chá e de café são; 20 g, 15 g, 10 g e 05 g respectivamente. Embora existam outras maneira da comunidade se expressar como: pouquinho, dozesinha, há uma forma mais discutida e nem sempre bem aceita que são as conversões sem um exato tamanho quando calculam que uma colher de sopa vale duas colheres de chá, o que uma colher de sobremesa vale três colheres de café. Tais medidas são imprecisas pois tratam-se de valores irrealis, não matemáticos e sua comprovação necessita de medições precisas.

Quando consumidas de maneira exagerada podem provocar algumas alterações pois essas tem como elemento principal a cafeína, reduzem a sensação de cansaço e sonolência, pois, além de estimulante do sistema nervoso central. Assim, quando chega ao córtex cerebral, a cafeína inibe a ação de um neurotransmissor do sono, chamado adenosina, que, entre outras coisas, diminui a frequência cardíaca diz o pesquisador Sionaldo Eduardo Ferreira(2013), da Universidade Federal de São Paulo que estudou os efeitos dos energéticos em camundongos.

#### **Quadro 04. O consumo de guaraná e sua relação com a família.**

<b>O consumo de guaraná tem relação com a família:</b>	
<b>Meu pai me deu o guaraná, toda a nossa familia toma, meu filho, meu esposo, os meus familiares, a minha esposa daqui e vontade própria.</b>	
Geny	<i>Meu pai me deu o guaraná</i>
Noemi	<i>É, é de familia porque toda a nossa familia toma, toda a nossa familia toma, meu filho, meu esposo...</i>
Sr. Carlos	<i>Quando eu cheguei em Maués, em 1975, eu vim como técnico da ACAR Amazonas, que hoje... Hoje é o IDAM. Então eu vim como técnico da ACAR, havia um costume, os colegas da instituição tomavam e eu aprendi com eles a tomar né. A princípio, pra quem é de origem do sul como é o meu caso, aquele saborzinho meio amargo e tal... Mas logo incorporou o hábito e desde então aprendi. Todos os colegas da ACAR tomavam né, e depois eu saí de Maués, fui embora, mas sempre mantive esse costume, os meus familiares, a minha esposa daqui, sempre me mandavam guaraná pra onde eu estivesse e hoje em dia eu nunca deixei faltar durante todos esses 40 anos que eu consumo guaraná nunca me faltou, graças a Deus nem um dia da vida.</i>
Prof. Israel	<i>Ah, bom, é..Vontade própria, porque eu vim morar no município de Maués e geralmente quando eu vou morar em algum, alguma localidade, das várias localidades que eu já morei, eu procuro vivenciar a cultura local né, e aí eu fui experimentar pra saber realmente quais os benefícios que eu poderia ter com isso, é... E... falo da questão de a bebida ser energética, e eu fiquei pensando em alguma coisa assim, relacionada por exemplo, a substituir o café, que eu consumo muito café, e aí eu comecei a utilizar o guaraná.</i>

A alimentação dentro do ambiente familiar é um momento bastante importante na formação da educação dos menores, dessa maneira, essa reunião familiar durante a refeição pode se tornar uma excelente oportunidade de ensinar bons hábitos alimentares, a Professora Sonia Tucunduva, pesquisadora da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo e autora de vários livros sobre a Educação Alimentar, em entrevista ao Dr Dráuzio Varella informa que:

No passado, quando se tratava de alimentação saudável, as coisas pareciam mais fáceis. Todos faziam as refeições em casa, as crianças comiam os alimentos que os pais escolhiam e preparavam e ninguém contestava o cardápio que seguia as normas ditadas pela tradição familiar. As dietas passavam de geração para geração e os casos de obesidade eram poucos (2015).

Hoje é comum as discussões sobre tipos e novidades sobre dietas, algumas apontam determinado produto para fins diversos, esses tem a função de emagrecer, rejuvenescer, evitar problemas com colesterol, fortalecer grupos musculares e outras coisas mais, porém, isso acaba causando até uma confusão na mente das pessoas, consequência da falta de orientação na formação dos hábitos alimentares saudáveis que deveriam ser formados quando estavam em idade de crescimento, dessa maneira vale aqui salientar que o consumo de guaraná em pó não é uma dieta, mas, sim uma opção para os que conhecem através da experiência familiar os seus modos de consumo e buscam referenciar seus benefícios, cabe aqui a máxima da Educação Física: a boa orientação faz a diferença!.

**Quadro 05. O consumo de guaraná por outros membros da família**

O consumo de guaraná por outros membros da família:	
<b>Meu pai, toda a nossa família, meu filho, meu esposo, os meus familiares.</b>	
Geny	<i>Desde que nasci (risos) meu pai me deu o guaraná</i>
Noemi	<i>É, é de família porque toda a nossa família toma, toda a nossa família toma, meu filho, meu esposo...</i>
Sr. Carlos	<i>Todos os colegas da ACAR tomavam né, e depois eu saí de Maués, fui embora, mas sempre mantive esse costume, os meus familiares, a minha esposa daqui, sempre me mandavam guaraná pra onde eu estivesse e hoje em dia eu nunca deixei faltar durante todos esses 40 anos que eu consumo guaraná nunca me faltou, graças a Deus nem um dia da vida.</i>
Prof. Israel	<i>Não Informou</i>

“A boa educação vem de berço”, esse dito conhecido e reconhecido cada dia mais pela comunidade mundial, se torna uma das maneiras de observarmos o quanto a influência do ambiente familiar pode interferir no comportamento dos filhos, mas, não é o determinante que irá projetar a maneira como esse filho seguirá. a nutricionista Luciana Lorenzato em sua dissertação de mestrado(2012), cita que:

O comportamento dos pais influencia diretamente o modo como as crianças lidam com a própria alimentação. Por isso, a melhor forma de educá-las é tomando atitudes que sirvam de exemplo, como escolher alimentos saudáveis; realizar as refeições na mesa; evitar *fast-food* e pratos e comidas prontas; oferecer alimentos saudáveis sem, com isso, forçar o consumo; e nunca usar alimentos não saudáveis, como doces, para “presentear” os filhos pelo bom comportamento (2012).

Também menciona a maneira como as famílias lidam com situação na hora de ensinar que determinados alimentos saudáveis tem grande valor nutricional na formação física e mental da criança, assim valorizando a boa alimentação, dessa maneira muitas famílias em Maués tem o cuidado de orientar os novos consumidores de guaraná em pó, pois boa parte inicia seu consumo em casa no convívio familiar com os pais. Assim, se torna mais fácil ensinar a maneira correta e segura do que corrigir hábitos errados, pois os filhos estarão observando os hábitos alimentares de seus pais e assim procurar formar sua maneira de degustar e consumir seus alimentos.

Ainda falando de alimentação e educação no meio familiar, damos ênfase ao arroz com feijão, todos os dias, se possível no almoço e no jantar, às verduras cruas e cozidas e às frutas naturais, inteiras ou sob a forma de sucos. O Brasil é um país tropical, com enorme variedade desses alimentos que podem ser encontrados nas feiras, sacolões e mercados. Além

disso, é preciso ter calma ao fazer as refeições. Comer faz parte da vida e merece atenção. Entre os alimentos que devem ser consumidos com parcimônia estão o açúcar e as gorduras (TUCUNDUVA 2012).

**Quadro 06.** O que sente no corpo quando toma guaraná.

<b>O que sente no corpo quando toma guaraná:</b>	
<b>Mas o sono, me dá energia, tamanha disposição e tanta diferença quando eu consumo o produto que, em mim ele faz um efeito muito grande, bom, aí não dá pra dizer é meio subjetivo, como se saciasse a fome.</b>	
Geny	<i>Não, assim, é... Inibir a fome pra mim não funciona, não funciona, mas o sono, é... Por exemplo, como eu falei ainda a pouco, se eu não tomar eu passo mal, sinto dor de cabeça, sinto náuseas acho que pelo fato de meu organismo já estar acostumado com o fato de tomar desde que nasci, meu pai deu guaraná pra gente todos os dias né, mesmo pequenos, "uma colherzinha" ele dava pra gente, então eu acho que o fato de eu tomar todos os dias sem falhar, quando eu não tomo eu passo mal mesmo, sinto muita dor de cabeça, então sabe, eu acho que é isso mesmo, é meu, isso é meu, não sei se outras pessoas sentem, mas isso é meu.</i>
Noemi	<i>Me dá energia, ele é diurético, ele é bom para o intestino... Pra tudo eu tomo, toda manhã...</i>
Sr. Carlos	<i>Olha, pra mim ele faz um efeito, assim, quase que... Quase que miraculoso. Tem também, eu tenho certeza que tem muito das propriedades né, das propriedades organolépticas do guaraná mas eu acredito que tenha também um pouco do efeito placebo né, porque eu acredito tanto, eu sinto tanto, tamanha disposição e tanta diferença quando eu consumo o produto que... Nossa! Faz uma diferença do... Do dia pra noite né, às vezes eu... Eu passar aí a tarde, eu "tô" naquela meia... Meia "molezinha" e tal... Tomo um banho... Mas enquanto eu não tomo o guaraná, eu não... Não sinto a disposição, então em mim ele faz um efeito muito grande</i>
Prof. Israel	<i>Bom, aí não dá pra dizer é... É meio subjetivo e... Pode ser que seja psicológico né, alguma coisa relacionada às vezes com é... Como se fosse... Enganar a fome, entre aspas né, mas esse efeito energético eu não percebo muito, não percebo muito. Agora realmente de... Como se saciasse a fome, sim, e é interessante porque é um hábito que me tirou o café que o café acaba irritando um pouco mais o estômago, e tal... E o guaraná não dá esse efeito.</i>

Para o grupo de adultos que fazem parte dessa pesquisa é bastante particular os efeitos do guaraná para cada um, dependendo do objetivo de que cada um consome, pois para que possamos comparar as respostas com relação aos efeitos do guaraná em seu organismo podemos ver que tem influência no sono, na fome, ser diurético proporcionar mais energia tirando aquela molezinha, sobretudo para cada um dos pesquisados o guaraná não irrita o estômago. Para CARVALHO e MAIA, os estudos sobre a cafeína por ser uma das substâncias mais largamente utilizadas em todo o mundo desperta o interesse de consumidores de alimentos, bebidas e medicamentos.

Assim como para uns o consumo de guaraná em pó tem efeitos e fins diferentes os cuidados também se diferenciam. O período de semi-eliminação da cafeína (o tempo requerido para que o corpo metabolize e elimine a metade da concentração no plasma sanguíneo: a meia-vida) oscila entre horas e dias, dependendo da idade, o sexo, a medicação e as condições de saúde, estado hormonal e se o indivíduo é período ou não fumante. Para sua eficaz eliminação, a cafeína deve ser convertida em seus metabólitos que são mais rapidamente excretados pela urina. Esta biotransformação ocorre principalmente no fígado (Arnaud et al 2006).



Por ser um estimulante do Sistema Nervoso Central (SNC) e, dependendo da quantidade pode também produzir efeitos variados em outros órgãos, podendo aumentar os batimentos cardíacos e a taxa de metabolismo basal, secreção ácida no estômago e aumentar a produção de urina. Ainda no SNC, precisamente no Sistema Nervoso Autônomo, o sistema de neurotransmissão baseado no neurotransmissor adenosina age como redutor da frequência cardíaca, da pressão sanguínea e da temperatura corporal. Em se tratando da cafeína encontrada no guaraná em pó, CARVALHO e MAIA dizem ainda que “A cafeína exerce uma ação inibidora sobre os receptores do neurotransmissor adenosina, situados nas células nervosas”. Muitas das respostas fisiológicas com a administração de cafeína são opostas às de adenosina, por isso há uma sensação de revigoração, diminuição do sono e fadiga. A cafeína exerce um efeito sobre a descarga das células nervosas e a liberação de alguns outros neurotransmissores e hormônios, tais como a adrenalina.

Assim sendo a cafeína presente no guaraná como em outros produtos, pode afetar a quantidade e a qualidade do sono, sobre o humor além de estado de alerta, revitalizante, maior atenção e melhoria da energia mental. (CARVALHO e MAIA-2006, p 80).

Através das entrevistas é possível observar a mistura entre mito, hábito e saber científico no consumo do guaraná entre a população adulta. Assim, o mito é reforçado pelo hábito e pelo conhecimento. Por exemplo, quando o Prof. Israel relata os problemas enfrentados com o consumo do café e posteriormente ao consumir o guaraná em pó não apresentou mais o problema de irritação estomacal. Por serem de idade mais adulta, esses moradores de Maués demonstram que já identificaram a quantidade necessária para o uso do guaraná em pó (colher de chá, café, sopa ou sobremesa) e os efeitos a ele associados: “dá um gás a mais”, “tira aquela molezinha”, “proporciona mais disposição”, “engana a fome”. Por outro lado, o mesmo guaraná pode apresentar problemas na falta de seu uso, como a dor de cabeça (dependência do guaraná) relatada por um entrevistado (ZEFERINO, 2001) Mas, embora não dê para dizer que o guaraná vicia, o organismo com certeza se acostuma com ele e reclama quando “falta”, afirma José Carlos Nassut, da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade do Estado de São Paulo, em Araraquara”.

**O Sr. Silvio Proença da Silva, atualmente está com a idade de 56 anos. Ele descreve o uso do guaraná pela sua família:**

Minha mulher rala o bastão de manhã umas quatro vezes para nós dois e põe dois copos de água na cuia. Ai, se tiver mais gente, vai aumentando a quantidade. Se não tiver guaraná, vivo com sono. Quando alguém está com diarreia, toma o guaraná como remédio. Rala bem grosso, um copo mais ou menos, aí espreme uns quatro limões, coloca um pouquinho de sal, um pouquinho de tapioca — que a gente chama de goma. Eu dou para os meus filhos, não procuro Diasec nem Imosec nada. E para vários parentes eu já fiz. Vai tomando logo enquanto espera o resultado dos exames. Quando sai o resultado, já está curado. (Samuel Lopes, índio sateré-mawé).

Podemos observar que o uso do guaraná como remédio é algo comum entre os moradores de Maués, como no caso acima descrito. Contudo, não se limita a tratamento de doenças. Ele também é utilizado como energético, favorecendo as atividades físicas e mentais, algo que faz parte da cultura popular dessa região:

Eu criei o Turbinado. Na verdade, ele praticamente já existia — era uma mistura de guaraná com Mirantã —, só não tinha esse nome. Ai fui dando aquele toque, acertando algumas coisas. O guaraná é um energético, é cafeína. Só para dar uma ideia: 100 gramas de café torrado têm 2,5 gramas de cafeína; o guaraná tem até 6. Quer dizer, quase três vezes mais cafeína do que o café. E o Mirantã é vasodilatador. Nossa preocupação era fazer uma bebida energética e isotônica ao mesmo tempo. Misturo cinco quilos de guaraná para um quilo de Mirantã, sais minerais, potássio e xarope feito do casquilho, para adoçar.

Assim, o uso do guaraná é parte das práticas cotidianas dos moradores de Maués, onde podemos observar suas várias formas de uso e objetivos

#### **4.5 Usos do guaraná entre os estudantes do Curso Técnico em Agropecuária.**

A Oficina Pedagógica ocorreu no dia 04/05/2016 com a presença dos mesmos 21 discentes que responderam ao 1º questionário, denominado de questionário inicial, aplicado antes da intervenção – oficina pedagógica. O desenvolvimento da oficina ocorreu em 2 (duas) horas.

Por intermédio da efetivação, tabulação e análise prévia dos dados coletados no 30/04/2016. Do 1º questionário foi possível traçar um perfil do Geral do Conhecimento discentes da turma 01 do curso técnico em agropecuária, sobre o Guaraná de Maués, especificamente no que tocante à elucidação dos efeitos comprovados pela literatura científica. Os costumes, lendas, mitos direcionadas ao tema Guaraná de Maués também foram abordados de maneira lúdica e argumentativa. Assim sendo, direcionamos a estruturação da oficina buscando elucidar aos questionamentos de cunho científico e cultural a respeito do principal produto vegetal oriundo de Maués, o guaraná.

Então, durante a apresentação da aula pudemos expor e discutir os principais conceitos e temas abordados nas questões. Além disso, reapresentados alguns conceitos de mitos e as crenças relacionadas ao consumo de guaraná em pó pelos estudantes do Instituto Federal do Amazonas, Campus Maués e pela comunidade de Maués. Até então, não havíamos feito nenhuma explicação detalhada dos conteúdos. Inicialmente expusemos e conceituamos o termo Mito. Posteriormente foi apresentada a todos a fotocópia da lei municipal que oficializa as lendas do Guaraná (*Cereçaporanga* e *Curumim*). Dessa forma, surgiu uma viagem de comentários sobre o Anselmo, Boto, Yara, oportunidade em que alguns alunos se dispuseram a falar de algumas das lendas do Amazonas.

Então a aula transcorreu dessa maneira com bastante diálogo e questionamentos, alguns dos mais intrigantes, principalmente quando surgiu a explicação sobre o efeito afrodisíaco e sobre a possível prevenção do câncer (ainda não comprovado em humanos), entre vários outros.

Após 46 (quarenta e seis) minutos, aplicamos o segundo questionário, em formatação exatamente idêntica ao questionário inicial. Apesar de conhecerem as questões, os estudantes se mostraram mais atentos as respostas se pondo mais à pensar na opção antes de responder as questões.

#### **4.6 O uso do guaraná nas práticas de atividades físicas.**

Nesta fase da pesquisa, torna-se importante relatarmos que a condição “*Sine qua non*” para a aplicação dos procedimentos utilizados na seleção da presente amostra da população (discentes dos cursos técnicos integrado do IFAM/CMA) foi a detecção entre os discentes se todos eram consumidores do guaraná em pó e concomitantes realizaram a prática de atividades física. Assim, todos os 40 (quarenta) integrantes da amostra se enquadravam nessas condições.

No mais, as questões nos serviram de bases para entendermos as correlações existentes entre os hábitos e formas de consumo do guaraná em pó, bem como, sua correlação com a prática de atividade física por esse público em especial, jovens da faixa etária entre 14 a 20 anos

Observou-se na amostra em questão 70% dos discentes praticantes de atividade física e consumidores do guaraná em pó de Maués consomem o produto pelo menos 1 vez ao dia.

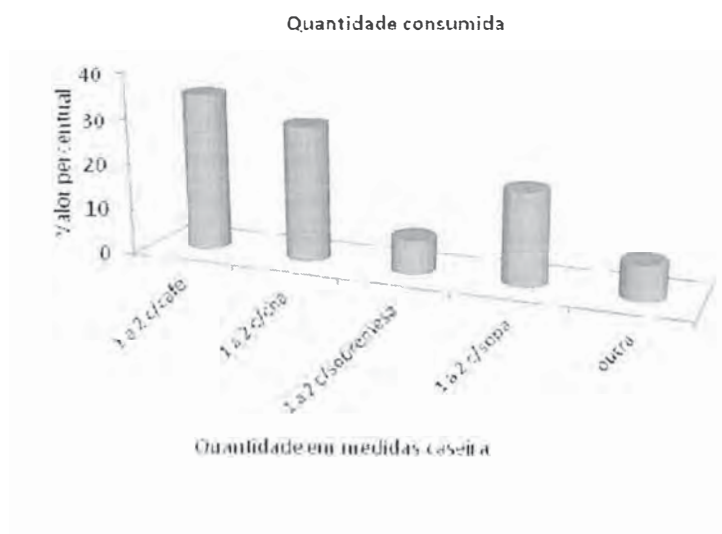
As outras parcelas do grupo que consomem pelos menos 2 vezes e 3 vezes ao dia, corresponderam respectivamente a 27,5% e 2,5% (gráfico 1).



**Gráfico 1.** Representativo percentual da frequência diária de consumo de guaraná em pó dos discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40).

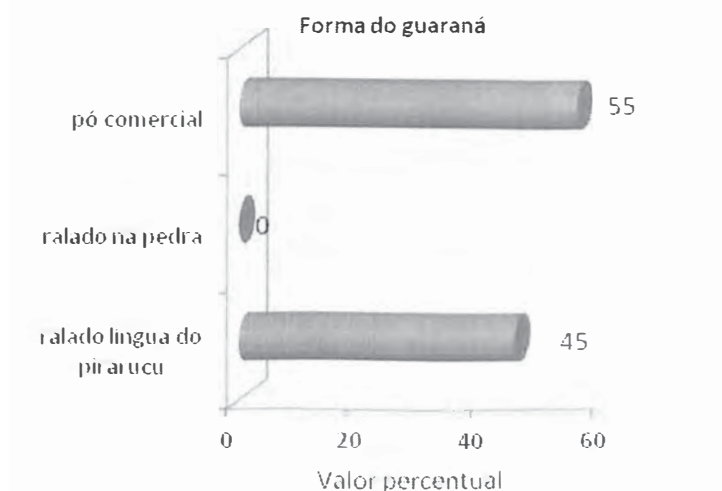
No tocante à quantidade diária de guaraná em pó consumida pelos discente, há de se considerar que as medidas adotadas são umas tanto quanto arbitrárias e subjetivas. Para tanto, são consideradas medidas caseira. A literatura aponta a volumetria de cada uma das medidas apontadas investigadas. Por exemplo, uma colher de sopa, corresponde a volumetria de 15mL., por outro lado, quando convertemos esse valor em pó de guaraná, considerando sua granulometria e densidade, esse valor em massa especificamente para o pó de guaraná é de aproximadamente 20g. Seguindo essa mesma linha de raciocínio, temos que 1 colher de café (2,5mL), 1 colher de chá (5mL) e 1 colher de sobremesa (10mL) equivalem aproximadamente a respectivamente, 3,3g, 6,66 e 13,3g em pó de guaraná. Assim, é importantíssimo considerar que esse universo de resposta tem muito dos costumes e hábitos familiares e que a porcentagem de 70% busca estar uma energia embora empiricamente para a prática esportiva como necessidade de bem-estar, mas sem exagerar na dosagem diária, tal comportamento está relacionado ao que vimos nas respostas dos oradores em consumir de maneira mais consciente tomando como exemplo os mais experientes com o consumo de guaraná em pó.

Desta maneira, ao analisarmos os dados obtidos sobre a quantidade de consumo do guaraná em pó dos investigados, podemos inferir, mesmo diante da subjetividade apontada que 65% dos entrevistados consomem entre 3,33 a 13,33g de guaraná ao dia (gráfico 2).



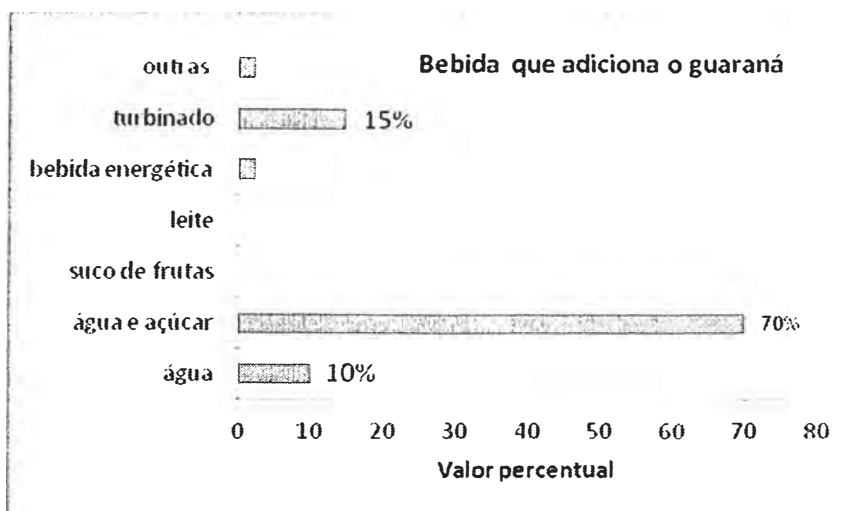
**Gráfico 2.** Representativo percentual da quantidade diária de guaraná em pó consumida pelos discentes do IFAM-CMA dos cursos integrado (n=40).

Após a coleta e tabulação dos dados, verificamos que as principais formas de processamento do produto, antes da ingestão são: a) consumo do pó comercial (55%) e b) consumo do guaraná em bastão, ralado na língua do pirarucu (45%), de acordo com o gráfico 03. – Ao mencionar quantidade certamente acende a luz da observação de valores dos componentes químicos contidos no pó de guaraná, a maneira de prepara-lo para consumo é umas das atividades que requer atenção e paciência, e a rotineira pressa da idade dos jovens não costuma possibilitar o prazer de ralar o bastão de guaraná e dessa forma vai ao modo mais prático que é adquirir o pó de guaraná comercial, porém essa parcela é entendedor da forma mais segura e original da procedência do bastão mediante ao pó de guaraná comercial assim sendo o consumo é visto como necessário e que necessita de precauções ao medir a quantidade a ser utilizada para preparar a dosagem seja por colher de café, colher de chá, colher de sobremesa, colher de sopa ou outra medida possível.



**Gráfico 3.** Formas de consumo do guaraná em pó discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40).

Quando foi perguntado aos entrevistados em qual bebida o pó de guaraná era adicionado, 28 discentes (70%) responderam que ingerem o guaraná em água com a adição de açúcar, ou seja, como se fosse um suco (gráfico 4). Desta maneira segue o padrão de consumo pela comunidade de que a água por ser um solvente universal é o mais indicado é adicionar a água, cabe então mencionar a qualidade das águas tratadas em ofertada pela companhia de saneamento, que por sua vez procura estar sempre ofertando água de boa qualidade para a população. A maneira tradicional de tomar com água é em alguns casos adicionado adoçante pois o Guaraná contém em sua gustação uma pequena dose de amargor. Os mais antigos consumidores quase não usam adoçantes por achar desnecessário e que não faz bem para a saúde.

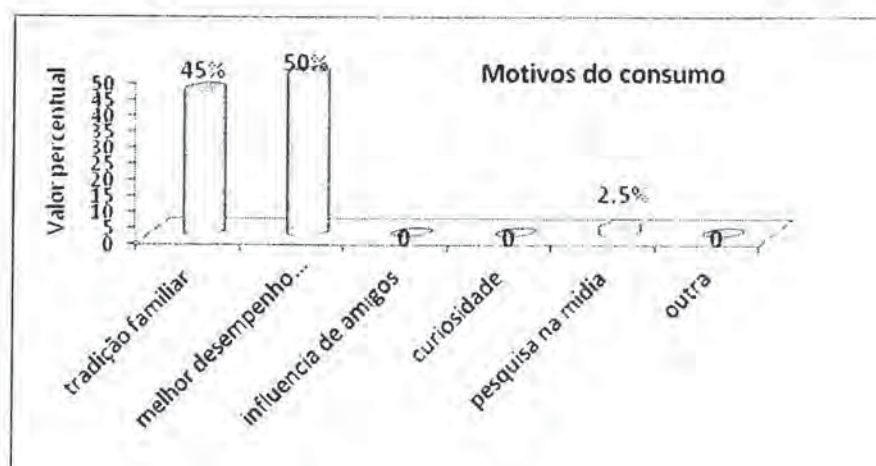


**Gráfico 4.** Principais bebidas em que o guaraná em pó é adicionado e consumido pelos discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40).

Embora o pó de guaraná apresenta-se como fitoterápico, existem informações farmacológicas que comprovam sua ação como agente emagrecedor e ergogênico, pois aumenta a força física (ESPINOLA et al., 1997; LIMA et al., 2005). O uso de fitoterápicos com propósitos ergogênicos é uma prática constante entre os praticantes da musculação, porém não há o respaldo de profissionais balizados pela legislação e conhecimento científico adequado, configurando uma situação de risco aos usuários (CONDE et. al, 2015). No caso de Maués, onde a oferta do produto é constante, bem como, por questões socioculturais, os riscos são ainda maiores.

Essas informações corroboram com os dados abaixo listados que esclarecem que os motivos de consumo do guaraná em pó, em 95% dos casos (38 entrevistados), estão correlacionados a tradição familiar e melhoria no desempenho durante as práticas de atividade físicas pelos discentes em análise (gráfico 05).

Por outro lado, salientamos a importância do controle por profissionais da saúde em especial para mulheres grávidas e hipertensos, idosos e crianças, uma vez que alguns dos constituintes do guaraná em pó, em especial, a cafeína e teobromina produzem a estimulação do córtex cerebral, assim ambos os alcaloides são classificados como estimulantes distintos do sistema nervoso central (ETENG, et al., 1997). Na maioria das vezes, quando questionado como se sente, a pessoa diz que está bem, mas que o dia só começa depois de uma dose de guaraná em pó, assim os diversos entrevistado fizeram questão de mencionar a sensação de tranquilidade, de paz e de uma disposição bem maior após tomar o seu “çapó”. um dos entrevistados (morador 1) disse: Se eu não tomar, eu passo é mal. e outro(morador 3) disse Tá faltando guaraná, tá faltando guaraná...” inclusive fisicamente eu não me sentia decolar entendeu.



**Gráfico 5.** Informações sobre os principais motivos que levam os discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA. (n=40) a consumirem o guaraná em pó.

Ao tabularmos dos dados sobre a idade aproximada em que os estudantes iniciaram o consumo de guaraná, expresso no gráfico 06 obtivemos os seguintes resultados: 7,5% dos entrevistados iniciaram o consumo do produto na faixa etária entre 16 a 17 anos; 20% iniciaram o consumo do pó de guaraná na infância, entre 1 a 5 anos; 35% dos sujeitos manifestaram-se dizendo que iniciaram a ingestão de guaraná entre 6 a 10 anos e; 37,5% dos entrevistados, a maior parcela, afirmaram ter iniciado o consumo do produtos quando possuíam entre 11 a 15 anos de idade.

Ao que tudo indica, não existe um padrão pré-definido quanto a iniciação dos sujeitos ao hábito do consumo do guaraná, no entanto, essa introdução se estabelece logo na primeira infância, sem qualquer acompanhamento de um profissional da saúde. Observa-se desta forma que o hábito e o consumo do guaraná em pó está diretamente atrelado à questões de cunho cultural e empírico. Segundo os dados da pesquisa os entrevistados (40), começaram a consumir guaraná em pó, 20 % destes consomem de 1 a 5 ano, 35% consomem de 6 a 10 anos e 37,5 % consomem de 11 a 15 anos e 7,5 % consomem de 16 a 17 anos, com visto no Quadro 4 abaixo.

**Quadro 07-**Tempo de consumo de Guaraná.

Tempo de consumo	Quantidade de entrevistados	Percentual
Entre 1 a 5 anos	8	20
Entre 6 a 10 anos	14	35
Entre 11 a 15 anos	15	37,5
Entre 16 a 17 anos	3	7,5

Observando que todos os respondentes aqui apresentados fazem o uso do pó de guaraná e são obrigatoriamente praticantes de atividade física, julgamos necessário averiguar quais seriam essas atividades físicas. No gráfico 6 notamos que o futebol (57,5%) e o vôlei (20%), talvez em decorrência do espaço físicos propícios – praias de Maués, perfizeram 77,5% das respostas, categorizadas de acordo com Guiselini (2004), como atividade física não categorizadas, seguidos em ordem crescente de corrida (5%), Basquete, Natação, Handball e

Natação (5%) e por último, musculação (2,5%), considerada um atividade física categorizada, visto que trabalha grupos de musculatura específica.



**Gráfico 6.** Levantamento das principais atividades físicas praticadas entre os discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA (n=40) consumidores do guaraná em pó.

Para tanto, segue a fundamentação de Guiselini (2004) sobre a definição de atividade física: qualquer movimento corporal voluntário, que resulta em um gasto energético maior que os níveis de repouso. A atividade física não estruturada se caracteriza por sua baixa intensidade, de duração longa e considerada como o primeiro passo para sair do sedentarismo (ex. serviços domésticos, fazer compras, caminhar, subir escadas, cuidar das crianças, passear com o cachorro e etc). Já a estruturada, está relacionada com os exercícios físicos, levando em consideração as fontes energéticas, os músculos envolvidos, e o efeito produzido para objetivar um desempenho da aptidão física e habilidades motoras do indivíduo, tem-se como exemplos, ciclismo, corridas, saltos, pilates, atividades aeróbicas (ritmos, *jump*, *step*, *combat*, *zumba*, entre outras), atividades anaeróbicas (musculação, exercícios localizados, *cross-trainer*, entre outros).

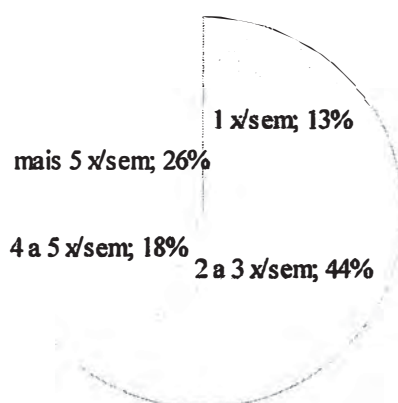
Qualquer pessoa pode praticar atividade física desde crianças até os idosos, seguindo orientação de um profissional de educação física.

Independentemente a qualquer categorização é fato que o exercício físico estimula a produção de substâncias naturalmente disponíveis no corpo humano, favorecendo assim sensações de alegria, entusiasmo, vontade de viver e, até mesmo, alterações emocionais, como a euforia exagerada. Assim sendo é recomendável se praticar atividades físicas, pois fica evidente os inúmeros benefícios que a mesma proporciona (GUISELINI, 2001).

Neste cenário, a adoção do hábito de praticar exercícios físicos com regularidade e bem orientados por um professor de Educação Física proporciona condição para enfrentar a atual vida cotidiana com jornada trabalho e os afazeres cotidianos. Assim, a prática regular de exercício físico proporciona um estado de bem estar biopsicossocial onde se obtêm uma saúde estável sem sintomas e isso caracteriza a promoção da qualidade de vida (RODRIGUES, 2013).

Analisando o gráfico 7, que trata da regularidade da prática de atividade física pelos discentes consumidores do pó de guaraná, percebemos que a maioria (43%) praticam a atividade física no mínimo 2 vezes por semana. No entanto, não podemos inferir esse efeito ao consumo do guaraná visto que não foram entrevistados discentes praticamente de atividade física que não ingerem o guaraná na sua dieta alimentar.

### Regularidade da atividade física



**Gráfico 7.** Regularidade das praticas das atividades físicas pelos discentes dos cursos técnicos do IFAM-CMA (n=40) consumidores do guaraná em pó.

Boa parte de nossos discentes pesquisados, que fazem o uso do guaraná para obter melhor desempenho físico (50% dos pesquisados), nos faz pensar que tem sido positiva as respostas com relação as necessidades destes em obter melhores resultados em suas performances, por outro lado grande parte dos praticantes do futebol (57,5 dos pesquisados) nos leva a crer que por ser uma atividade de intensidade aeróbica, o futebol está associado ao consumo dando aquele gás a mais na hora da prática desse esporte de constante movimentação variada, assim sendo os esportes e os consumos do guaraná também associados as formas de consumo como o guaraná ralado, em pó ou “turbinado” (15% dos pesquisados) que é uma criação de um comerciante local e que tem contribuído para com os atletas durante suas atividades físicas.

Falando do guaraná e sua importância para a economia e suas opções de consumo.

Dentre as várias espécies amazônicas que são reconhecidas pelo seu potencial econômico, o guaraná é uma que particularmente chama a atenção (GONCALVES et al., 2006). O guaraná (*Paullinia cupana* Mart. var. *sorbilis*) pertence à família *Sapindaceae* e é um arbusto originário do Brasil, mais precisamente da região Amazônica, que vem sendo utilizado como estimulante pelos índios da tribo Saterê-Maué durante séculos (HENMAN, 1986). Atualmente o guaraná é utilizado na composição de inúmeros produtos, como bebidas não alcoólicas, refrigerantes, tônicos, compostos anti-estresse, complexos para emagrecimento, entre outros (FUKUMASU, 2008).

Considerando as respostas obtidas através da pesquisa tanto com os moradores de Maués quanto com os alunos do IFAM/CMA, verificamos que o consumo do guaraná por esta comunidade faz parte da sua historia de vida. Assim, o guaraná em Maués mantém a sua tradição histórica e mitológica, o que fortalece a cultura do guaraná nesta região e em especial ao lendário titulo de “Capital do Guaraná” que é atribuído ao município de Maúes pelos Maueenses.



## 5 CONCLUSÃO

A comunidade Maueense tem grande relação aos mitos que reforçam o hábito do consumo constante do guaraná. Este por sua vez, recebe a cada dia reforço do conhecimento científico. Assim, mito, hábito e conhecimento científico parecem fazer parte do universo simbólico e prático de adultos e jovens no uso do guaraná, mesmo que não tenham os mesmos objetivos. No universo dos estudantes pesquisados do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Campus Maués foi possível observar os seguintes pontos:

- Boa parte desses estudantes cerca de 215 (64,75% do total) são filhos de agricultores que tem a vida ligada com a produção e a cultura do Guaraná. Por conseguinte, uma boa parcela destes, 189 faz uso do pó de guaraná de maneira cultural como no meio familiar;

- Observou-se na amostra em questão 70% dos discentes praticantes de atividade física e consumidores do guaraná em pó de Maués consomem o produto pelo menos 1 vez ao dia. As outras parcelas do grupo que consomem pelos menos 2 vezes e 3 vezes ao dia, corresponderam respectivamente a 27,5% e 2,5%. Desta maneira, ao analisarmos os dados obtidos sobre a quantidade de consumo do guaraná em pó dos investigados, podemos inferir, mesmo diante da subjetividade apontada que 65% dos entrevistados consomem entre 3,33 a 13,33g de guaraná ao dia;

- Verificamos que as principais formas de processamento do produto, antes da ingestão são: a) consumo do pó comercial (55%) e; b) consumo do guaraná em bastão, ralado na língua do pirarucu (45%);

- O futebol (57,5%) e o vôlei (20%), talvez em decorrência do espaço físicos propícios – praias de Maués, perfizeram 77, 5% das respostas, seguidos em ordem crescente de corrida (5%), Basquete, Natação, Handball e Natação (5%) e por último, musculação (2,5%), considerada uma atividade física categorizada, visto que trabalha grupos de musculatura específica;

- A maioria (43%O) praticam a atividade física no mínimo 2 vezes por semana. No entanto, não podemos inferir esse efeito ao consumo do guaraná visto que não foram entrevistados discentes praticamente de atividade física que não ingerem o guaraná na sua dieta alimentar;

- Os adultos na faixa etária entre 47 e 85 anos, mostram que o guaraná proporciona mais vitalidade e disposição para as atividades do dia-a-dia. No caso dos estudantes que praticam atividades físicas, o uso do guaraná ajuda a ter mais energia, força, resistência nas atividades culturais e desportivas. Além disso, o guaraná dá ao organismo um maior estado de alerta, proporciona maior concentração e resistência ao sono e a fadiga.

Portanto, consumir guaraná em pó é uma realidade dos discentes do IFAM-CMA, seus modos de consumo foram adquiridos no seio familiar e de saberes tradicionais, onde os mitos e hábitos da cultura indígena dos Saterê Mawé, os “descobridores do Guaraná”, estão presentes desde sua origem, e que agora está presente nas práticas de exercícios físicos.

Os saberes tradicionais embasaram muito dos atuais conhecimentos científicos, mas sabemos que ainda poucos efeitos foram comprovados em seres humanos. Entendemos que ainda há muito para desvendar sobre o uso do guaraná no organismo humano, porém na questão cultura dessa população amazonense, ela é parte fundamental da sua identidade social, o que reforça o mito e seus hábitos alimentares.

## 6 REFERÊNCIAS

- \_\_\_\_\_. **Projetos de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1996.
- ASHIHARA, H, Crozier A. **Caffeine**: a well-known but little mentioned compound in plant science. Trends Plant Sci. 2001; Tokyo 6(9):407-13. Acesso em: 21 de Abr. 2016.
- BALBACH, A. **A flora nacional na medicina doméstica**. 3ª ed. São Paulo: Edições A Edificação do Lar; 1974. Páginas relevância.
- BARA, MTF & *Et Al*. **Determinação do teor de princípios ativos em matérias-primas vegetais**. Rev Bras Farmacogn, 2006.
- BRASIL**, Ministério da Agricultura, do Abastecimento e da Reforma Agrária-EMBRAPA-CPATU. Brasília-DF 1995
- BRASIL**. IBGE - PeNSE (Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar) 2012, divulgada nesta quarta-feira(19) acessado em 14 Set.2015.
- BRASIL**. IFAM- Instituto Federal de Ciência E Tecnologia do Amazonas - Campus Maués. Plano De Curso Técnico Em Agropecuária Integrado. 2011.
- BURKE LM, STEAR SJ, Lobb A, ELLISON M, CASTELL LM. **A-Z de suplementos nutricionais**: suplementos dietéticos, alimentos nutrição esportiva e substâncias ergogênicas para a saúde e desempenho - Parte 19. Br J Sports Med. 2011; 45: 456-8. Disponível em < bjsm.bmj.com/collections/bjsm\_atoz\_nutritional\_supplements>. Acesso em: 13 abril. 2016.
- CAMARGO, M.C.R. & et al. **Analisando dados medidos pelo individuais do tipo Likert Items**. Jornal da Educação Agrícola. v. 35, n. 4, p. 54-71, 1994. Disponível em< <http://www.coppead.ufrj.br/upload/publicacoes/350>. Acesso em: 13 de abr. 2016.
- CAMARGO, MCF. **Teor de cafeína em cafés brasileiros**. Ciênc Tecnol Aliment. 1998.
- Carvalho, Luana. **"Homem da Floresta"**. Disponível em: < <http://www.acritica.com/>> Acesso em: 22 de Jun.de 2016.
- CÓDIGO DE ÉTICA DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA (CONFEF, 2003).
- COELHO, Maria do Carmo Pereira. **As narrações da cultura indígena da amazônia**: lendas e histórias. Tese de Doutorado em Linguística Aplicada e Estudos da Linguagem. São Paulo: PUC, 2003.
- CONDE, et al. **Estudo crítico sobre utilização de fitoterápicos por praticante de exercícios físico em academias de musculação**. Perpectivas on line., v.16, n.5, p.33-47, 2015., disponível em <[http://www.confef.org.br/extra/resolucoes/conteudo.asp?cd\\_resol=103](http://www.confef.org.br/extra/resolucoes/conteudo.asp?cd_resol=103)> acessado em 10 de fevereiro de 2016.

**CONSELHO GERAL DA TRIBO SATERÉ-MAWÉ.** - CGTSM, em 2014 a TI Andirá-Marau

CORRÊA, M. P. 1984. **Dicionário das Plantas Úteis do Brasil.** Imprensa Nacional/Ministério da Agricultura. Rio de Janeiro - RJ.

CORTESI N & ROVELLINI P. **Cromatografi liquida ad alta risoluzione dei derivati benzilici degli acidi grassi e dei loro isomeri.** Riv Ital Sost Gras 71: 581-586, 1994.

CUNHA, Lara Natacci. **Acelere sua dieta com pó de guaraná.** Publicado por: admin. em 27 /de fevereiro de 2013. Disponível em: [sbi.submissionm@puc-campinas.edu.br/](mailto:sbi.submissionm@puc-campinas.edu.br/). Acesso em: 02 de out. 2015.

DA SILVA, Marilda & Valdemarim, Veras Tereza. **Pesquisa em Educação – Métodos e Modos de fazer.** São Paulo: Editora Cultura Acadêmica, 2010.

DALMORO, Marlon; VIEIRA, Kelmara Mendes. **Dilemas na construção de escalas de Likert: O número de itens e a disposição influenciam nos resultados?** Rgo: REVISTA GESTÃO ORGANIZACIONAL, Santa Maria, v. 3, n. 6, p.162-174, 18 mar. 2014  
Disponível em: <http://www.sateremawe.CGTM.com.br>. Acesso em: 16 set. 2015.

EDIVALDO, M. Boaventura. **Metodologia da Pesquisa, Monografia, Dissertação, Tese.** Edição 1-2004.

ELIADE, Mircea. **O Sagrado e o Profano**, Martins Fontes Editora Ltda., São Paulo. 1992

ELIADE, Mircea. **Mito e realidade**, Editora Perspectiva s.a. São Paulo, 1972

EMBRAPA. Embrapa vai lançar novas cultivares de guaraná e seleciona produtores: Brasília, 19 abr. 2013. Disponível em: : <Erro! A referência de hiperlink não é válida.>. Acesso em: 09 jul. 2016

EMBRAPA. EMPRESA BRASILEIRA DE PESQUISA AGROPECUÁRIA. 2008. Cultivo do guaranazeiro no Amazonas. Disponível em: < <http://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br/#guarana>>, 2008. Acesso em Acesso em 12 jun. 2016

EMBRAPA. Guia das Novas cultivares de guaranazeiro para o Estado do Amazonas/Embrapa–Amazônia Ocidental 2011. Disponível em: < <http://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br/#guarana>>, 2008. Acesso em Acesso em 12 jun. 2016.

ESCOBAR, J.R.; CORREA, M.P.F; AGUILERA, F.J.P. **Estruturas florais, floração e técnicas para a polinização controlada do guaranazeiro.** In: I Simpósio Brasileiro do Guaraná - Anais. Manaus, Embrapa-UEPAE, 1984. pp. 222.

ESPINOLA, E.B.; DIAS, R.F.; MATTEI, R.; CARLINI, E.A. **Pharmacological activity of Guarana (Paullinia cupana Mart.)** in laboratory animals. J Ethnopharmacol, v. 55, n. 3, p. 223-9, Feb 1997.

ETENG, M. U. et al. **Recent advances in caffeine and theobromine toxicities:** a review. Plant Foods For Human Nutrition, Nigeria, p. 231-243. out. 1997.

FARIA, J. J. P. 2000. **Manual de Produção do Guaraná**. Edição SEBRAE. Cuiabá - MT.

FURLAN, Luiz Fernando. **PROJETO POTENCIALIDADES REGIONAIS ESTUDO DE VIABILIDADE ECONÔMICA GUARANÁ**. 2003. 34 f. Monografia (Especialização) - Curso de Economia, Instituto Superior de Administração e Economia, São Paulo, 2003. Disponível em: <[http://www.suframa.gov.br/PUBLICACOES/PROJ\\_POT\\_REGIONAIS/GUARANA.PDF](http://www.suframa.gov.br/PUBLICACOES/PROJ_POT_REGIONAIS/GUARANA.PDF)>. Acesso em: 08 dez. 2016.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar Projetos de Pesquisa**. 4ª edição. São Paulo: Editora Atlas, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GONÇALVES, Carlos Manuel; COIMBRA, Joaquim Luís; RAMOS, Sara. “**Estatuto dos adolescentes face às escolhas vocacionais**”; Psicologia.pt - O Portal dos Psicólogos. Disponível em: [http://www.psicologia.pt/artigos/ver\\_artigo.php?codigo=A0121&area=d7&subarea=](http://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0121&area=d7&subarea=). Acesso em 11 de ago. 2006.

**GUARANÁ** de Maués busca selo de Indicação Geográfica (IG) Amazonas Notícias: Manaus, 15 fev. 2015. Disponível em: <**Erro! A referência de hiperlink não é válida.**>. Acesso em: 09 jul. 2016.

GUISELINI, Mauro. **Aptidão Física, saúde e bem-estar: fundamentos teóricos e exercícios práticos**. São Paulo: Phorte, 2004.

HENMAN, A., 1986. **O Guaraná: Sua Cultura, Propriedades, Formas de Preparação e Uso**. 2nd ed. Global/Ground, Sao Paulo, Brazil, p. 77.

HOMEOPATHIC Pharmacopea of the United States. Columbia: American Institute of Homeopathy; 1979.[http://www.efdeportes.com/Revista Digital](http://www.efdeportes.com/Revista_Digital)(SILVA 2003) Os efeitos da cafeína relacionados à atividade física: uma revisão, Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 <http://Bromatopesquisa-ufrj.blogspot.com.br> BROMOTOLOGIA E SAÚDE. quarta-feira, 21 de dezembro de 2011.

INSTITUTO DE TECNOLOGIA DE ALIMENTOS. Centro de Pesquisa e Desenvolvimento de Química de Alimentos e Nutrição Aplicada. Av. Brasil, n. 2880, 13070-178, Campinas, SP, Brasil IIUniversidade Estadual de Campinas. Faculdade de Engenharia de Alimentos. Departamento de Ciência de Alimentos. Campinas, SP, Brasil.

LEONARDO, Luiz, 1º Tem AI. **Esteróides Anabolizantes AndroGênicos, conhecer e prevenir**. Rio de Janeiro, 2008.

LEVI-STRAUSS, Claude. **Mito e significado**. Editora Sabotagem, 1978.

LIMA, W.P.; CARNEVALI, L.C., JR.; EDER, R.; COSTA ROSA, L.F.; BACCHI, E.M.; SEELAENDER, M.C. Lipid metabolism in trained rats: effect of guarana (Paullinia cupana Mart.) supplementation. Clin Nutr, v. 24, n. 6, p. 1019-28, Dec 2005.

LORENS, Sonia da Silva, CTI-(Centro de Trabalhos Indigenista-Saterê. **FILHOS DO GUARANÁ**. Coleção de Projetos 1-1992-161 p.

MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa**. 3. Ed. São Paulo:Atlas, 1999.

**MEMÓRIAS DE BRASILEIROS**. Saberes e Fazeres: O guaraná de Maués. Editora Museu da Pessoa, 1ª Edição, São Paulo, 2007;

NASCIMENTO FO., & *et al.* **Divergência genética entre clones de guaranazeiro**. PAB.. 36(3): 501-506. 2001.

NAZARÉ, Raimunda Fátima Ribeiro de, FIGUEIREDO, Francisco José Câmara, **Contribuição ao estudo do Guaraná**. EMBRAPA-CPATU,1982, PUBLICADO EM 01/06/2011. Disponível em: <http://plus.google.com/+minhavidade>. Acesso em 06 out. 2015.

OLIVEIRA, Sebastião Monteiro; LIMA, Antônia Silva. **O mito na formação da identidade**. Artigos. Manaus: UFAM, 2016. Disponível em: [http://dialogica.ufam.edu.br/PDF/no1/5mito\\_formacao.pdf](http://dialogica.ufam.edu.br/PDF/no1/5mito_formacao.pdf). Acesso em: 28 de mai. 2016.

PAIVA, Odivaldo Miguel de Oliveira (Belexo); GRUBER, Ademar Xico; MACEDO, Maria Osvaldina. **A História de Maués, Um Caminho através do Tempo**, Maués: 2010.

PAIVA, Vera. **Brasil por cromatografia líquida de alta eficiência**. Emagrecimento Termogênicos. Disponível em: <http://www.plantasquecuram.com.br/ervas/guarana.html#ixzz2ygcOgwOX>. Acesso em 06 Out. 2015.

PIRES, J.M. **O guaraná**. Belém: IAN, 1949. Relatório da Seção de Botânica. polycyclic aromatic hydrocarbons (PAHS) in guaraná powder (Paullinia cupana) Pontificia Universidade Católica de Campinas. Centro de Ciências da Vida, Faculdade de Ciências Farmacêuticas. Campinas, SP.

RIBEIRO, Elisa Antônia. **A perspectiva da entrevista na investigação qualitativa**. Evidência: olhares e pesquisa em saberes educacionais, Araxá/MG, n. 04, p.129-148, maio de 2008.

ROCHA, Gilmar. **O MITO É BOM PARA PENSAR: diálogos entre antropologia e história**. Belo Horizonte, MG: PUC- Departamento de Sociologia, 2016. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/cadernoshistoria/article/view/1692>. Acesso em: 03 de jun. 2016.

RODRIGUES, Anderson Jones Duran. **OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA REGULAR DE EXERCÍCIOS FÍSICOS COMO CONTRIBUIÇÃO PARA QUALIDADE DE VIDA**. ANDERSON JONES DURAN RODRIGUES PORTO VELHO – RO 2013. 2013. 37 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Federal de Rondônia. Porto Velho, 2013.

RODRIGUES, Renan Albuquerque; SOARES, Sara Moreira. **Representações Sociais na Amazônia: o caso do ecoturismo em áreas rurais**. Manaus: ESAT-AM, 2010. Disponível em: <http://www.revistas.uea.edu.br/old/abore/>. Acesso: 25 de jun. 2016.

SANTOS, Ana Lúcia Padrão dos, **Pedagogia do Movimento Humano**. Tese (Doutorado). São Paulo: USP, 2009.

**SEBRAE - SERVIÇO BRASILEIRO DE APOIO AS MICRO E PEQUENAS EMPRESAS**. 2012. Informações de mercado sobre o guaraná – 2012. Disponível em: <http://<Informações de Mercado sobre guaraná - semi.org>>. Acesso em 12 de jun. 2016.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do Trabalho Científico**. 23ª Edição Revista e Atualizada. São Paulo: Cortez Editora, 2008.

SILVA, Silvestre. **Frutas da Amazônia Brasileira**. São Paulo: Metalivros, 2011. 280 p

SOARES, Welson Lemos. **Métodos Evolutivos**. São Paulo: Brasil, 2013

SOUSA, S. A. & *Et al.* **Determinação de taninos e metilxantinas no guaraná em pó (Paullinia cupana Kunth, Sapindaceae)**. São Paulo, PUC: 2006.

SOUZA, A. G. C. & *Et al.* **Fruteiras da Amazônia**. Brasília-DF: Ed. EMBRAPA/SPI, 1996.

SOUZA, Márcio. **História da Amazônia**. Manaus: Editora Valer, 2009.

SOUZA, Mirian Matulio de. **A religiosidade do guaraná na cultura dos sateré-maué**. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) .Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2011. 80 p.

SPINK, Mary Jane; MENEGON, Vera Mincoff; MEDRADO, Benedito. **Oficinas Como Estratégia de Pesquisa: Articulações Teórico-Metodológicas e Aplicações Ético-Políticas**. Psicologia e Sociedade, São Paulo, v. 1, n. 26, p.32-43, 2014.

SPINK, Mary Jany; MEDRADO, Benedito. (1999). Produção de sentidos no cotidiano: uma abordagem teórico-metodológica para análise das práticas discursivas. In. M. J. P. Spink (Org.), Práticas discursivas e produção de sentidos no cotidiano: aproximações teóricas e metodológicas (pp. 41-61). São Paulo: Cortez.

TFOUNI, S. A.V.; CAMARGO, M. C. E.; VITORINO, S. H. P. **Contribuição do guaraná em pó: como fonte de cafeína na dieta**, 2007.

UNB. BIOLOGIA MOLECULAR.- **Composição química do guaraná em pó seco**. Disponível em: < <http://www.biomol.unb.br/GR/guarana.html>>. Acesso em: 17 de jun.2016.

WOODS, D.J. **Guarana: Paullinia cupana, P. sorbilis; also known as Brazilian cocoa anda 'zoom'**. J. prim Health Care. 2012.

## **7 ANEXOS**

Anexo 01- Lei Municipal Nº 178 de 17 de Novembro de 2007;



PREFEITURA MUNICIPAL DE MAUÉS  
PODER EXECUTIVO

PLENÁRIO DA CÂMARA  
Lido em 17/11/09

LEI MUNICIPAL Nº 178, DE 17 DE NOVEMBRO DE 2009

TOMBA A LENDA DO GUARANÁ NAS  
VERSÕES CEREÇAPORANGA E CURUMIM  
COMO PATRIMÔNIO HISTÓRICO  
ARTÍSTICO, CULTURAL E IMATERIAL DO  
MUNICÍPIO DE MAUÉS, E DÁ  
PROVIDÊNCIAS.

O PREFEITO MUNICIPAL DE MAUÉS, no uso das atribuições que lhe  
são conferidas pela Lei Orgânica do Município, etc

FAZ SABER a todos que a Câmara Municipal aprovou e eu sanciono a  
seguinte:

LEI:

Art. 1º - Fica tombado como Patrimônio Histórico artístico, Cultural e  
Imaterial do Município de Maués, a LENDA DO GUARANÁ NAS VERSÕES:  
CEREÇAPORANGA E CURUMIM.

Art. 2º - Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação, revogadas  
as disposições em contrário.

PREFEITURA MUNICIPAL DE MAUÉS, EM 17 DE NOVEMBRO DE  
2009.

  
ODIVALDO MIGUEL DE OLIVEIRA PAIVA  
Prefeito Municipal de Maués

PUBLICADO A PRESENTE LEI POR AFIXAÇÃO EM LOCAL PRÓPRIO E  
DE ACESSO PÚBLICO, NA SEDE DA PREFEITURA MUNICIPAL, em conformidade com o  
disposto no § 1º do artigo 91 da Lei Orgânica do Município de Maués, em 17 de  
Novembro de 2009

  
JACKSON MONTEIRO MARTINS  
Sec. Mun. de Adm. e Planejamento

Rua. Quint. no Becaria, 218 - Centro - CEP: 69.000-000 - Fone: (49) 3231-1000 - Maués - AM



**Anexo 02 - Plano de Atividades da Oficina;**

**PLANO DE ATIVIDADES DA OFICINA SOBRE CONSUMO DE GUARANÁ EM PÓ EM MAUÉS-AM- MITOS, CRENÇAS E SUA IMPORTÂNCIA NA PERCEPÇÃO DISCENTE DO INSTITUTO FEDERAL DO AMAZONAS-CAMPUS MAUÉS(IFAM-CMA)**

<b>IDENTIFICAÇÃO</b>	
<b>Nome:</b> JOÃO BATISTA MACÊDO SOBRINHO	<b>Curso:</b> Técnico em Agropecuária
<b>Disciplina/ Módulo:</b> Conhecimentos Gerais sobre o Guaraná.	<b>Período:</b> 2016/1
<b>Escola:</b> IFAM Campus Maués	<b>C.H:</b> 02horas/aula <b>Curso:</b> Oficina
<b>TEMA A SER TRABALHADO</b>	
<b>O guaraná de Maués</b>	
<b>1) OBJETIVOS GERAL:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a relação entre os mitos e as crenças relacionadas ao consumo de Guaraná em pó pelos estudantes do Instituto Federal Do Amazonas, Campus Maués e pela comunidade de Maués.</li></ul>	
<b>2) OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar a relação entre os mitos e as crenças no consumo de Guaraná em pó pela comunidade de Maués;</li><li>• Diagnosticar segundo a percepção dos discentes da Turma de 1º ano do Curso Técnico Integrado de Agricultura de 2016, quais os efeitos do consumo de Guaraná em pó no desempenho físico nas práticas desportivas;</li><li>• Contrapor as concepções discentes inerentes aos mitos e as crenças relativas ao consumo do Guaraná <i>versos</i> os conhecimentos científicos</li><li>• Aplicar testes de concordância de acordo com a Escala de Likert para medir os níveis de desempenho da oficina no processo educativo do aluno.</li></ul>	
<b>METODOLOGI</b>	
<p>O projeto acontecerá em forma de oficina, cada temática será explorada em conjunto com os alunos.</p> <p>O conteúdo oferecido será dividido em temas, ministrado durante 30 minutos em único dia com carga horária de 02(duas) horas/aula.</p> <p>As atividades serão sobre os temas de: mitos, crenças no consumo de Guaraná, conhecimentos populares e conhecimentos científicos</p> <p>Para melhor entendimento serão conteúdos aos estudantes uma aula sobre conhecimentos gerais sobre o Guaraná, abordando pesquisas realizadas e relatos de</p>	

<p>entrevistas com anciãos além da lei municipal que oficializa as versões da lenda do Guaraná</p> <p>Serão realizados testes de concordância de acordo com a Escala de Likert</p> <p>Serão Aplicados no mínimo 02(dois) testes. O primeiro no início e o segundo no final da oficina.</p> <p>A oficina acontecerá na estrutura física do IFAM Campus Maués, com data e horário definidos pelo grupo.</p>
<b>RECURSOS INSTRUCIONAIS</b>
<p>Projetor Multimídia (data show), microcomputador com pacote Office (editor de texto, editor de planilha eletrônica, editor de apresentação eletrônica), maquina fotográfica (para registro da oficina).</p>
<b>AVALIAÇÃO</b>
<p>Questionário 1º – este questionário à ser aplicado no início da oficina contendo 20(vinte) questões de 05(cinco) opções de resposta objetiva sendo; concordo, concordo em parte, não concordo, discordo em parte e discordo.</p> <p>Questionário 2º– a ser aplicado no término da oficina é indêntico ao primeiro; contendo 20(vinte) questões de 05(cinco) opções de resposta objetiva sendo; concordo, concordo em parte, não concordo, discordo em parte e discordo.</p> <p>Observação: a) será aplicado o mesmo questionário para mensurar o nível de concordância dos participantes ao longo da oficina.</p> <p style="padding-left: 40px;">b) os dados serão tabulados para futura análise e discussão.</p>
<b>REFERENCIAS</b>

MEMÓRIAS DE BRASILEIROS, Saberes e Fazeres: O guaraná de Maués, Editora Museu da Pessoa, 1ª Edição, São Paulo, 2007;

PAIVA, Odivaldo Miguel de Oliveira (Belexo), GRUBER, Ademar Xico & MACEDO, Maria Osvaldina, A História de Maués, Um Caminho através do Tempo, 2010;

SOUZA, Márcio, História da Amazônia, Editora Valer, 2009;

ANEXOS

PIRES, J.M. O guaraná. Belém: IAN, 1949. Relatório da Seção de Botânica.

SOUZA, A. G. C.; SOUSA, N. R.; SILVA, S. E. L.; NUNES, C. D. M.; CANTO, A. C. &

CRUZ, L. A. A. 1996. Fruteiras da Amazônia. Ed. EMBRAPA/SPI. Brasília-DF.

FARIA, J. J. P. 2000. Manual de Produção do Guaraná. Edição SEBRAE. Cuiabá - MT.

CORRÊA, M. P. 1984. Dicionário das Plantas Úteis do Brasil. Imprensa Nacional/ Ministério da Agricultura. Rio de Janeiro - RJ.

NASCIMENTO FO., J.F.; ATROCH, A.L.; SOUSA, N.R.; GARCIA, T.B.; CRAVO, M.S.; COUTINHO, E.F. Divergência genética entre clones de guaranazeiro. PAB.

**Anexo 03-** Questionário de Investigação Quanto aos Conhecimentos Gerais sobre o Guaraná.



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO - UFRRJ**  
**CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO AGRÍCOLA**  
**MESTRANDO: JOÃO BATISTA MACEDO SOBRINHO**

As informações obtidas através do presente questionário farão parte da dissertação de mestrado, do pesquisador, **Prof. JOÃO BATISTA MACEDO SOBRINHO**, intitulada: “CONSUMO DO GUARANÁ EM PÓ EM MAUÉS-AM – MITOS, CRENÇAS E SUA IMPORTÂNCIA NA PERCEPÇÃO DISCENTES, DO INSTITUTO FEDERAL DO AMAZONAS – CAMPUS MAUÉS (IFAM/CMA)”.

**INVESTIGAÇÃO QUANTO AO CONHECIMENTO SOBRE O GUARANA**

**I. Identificação do participante: (A IDENTIDADE DO PARTICIPANTE SERÁ PRESERVADA).**

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_  
Naturalidade: \_\_\_\_\_ Bairro: \_\_\_\_\_

**II – Investigação em relação ao conhecimento sobre o guaraná**

Orientação: Para cada questão, de 01 a 20, assinale com um (x) somente uma das alternativas que expressa o seu nível de concordância ou discordância, para cada questão.

	Questões	Concordo	Concordo em parte	Não concordo / nem discordo	Discordo em parte	Discordo
1	Maués é a capital nacional do guaraná, embora existam outros estados brasileiros onde o mesmo é cultivado.					
2	O hábito de se consumir o guaraná faz parte da identidade cultura do maueense.					
3	A lenda do guaraná nas versões Cereçaporanga e Curumim são tombadas como patrimônio histórico artístico, cultural e Imaterial do município de					

	Maués.					
4	A longevidade do povo maueense está correlacionada com o consumo do guaraná em pó. Quem toma o guaraná raras vezes adocece.					
5	A juvenilidade e a fertilidade do maueense estão atribuídas ao consumo do guaraná.					
6	Acredita-se que o guaraná oriundo de sementes (orgânico) é distinto do guaraná clonado.(selecionado geneticamente)					
7	A valorização do conhecimento tradicional (Sateré-Mawé) foi importante para que a comunidade científica testasse os efeitos terapêuticos do guaraná.					
8	Dentre os principais compostos químicos presentes no guaraná destacam-se as metilxantinas: teobromina, teofilina, altas concentrações de tanino e a cafeína (2,5% a 5,8%).					
9	A ingestão do guaraná em pó melhora a resistência física de atletas, possivelmente pela ação da cafeína.					
10	O guaraná tem sido usado para reduzir a fadiga muscular. (cansaço físico)					
11	Consumir altas doses de cafeína por dia pode provocar o “cafeinismo”, cujo sintomas são: ansiedades, inquietação, irritabilidade, tremores, perda de apetite, tensão muscular e palpitações.					
12	O guaraná funciona como estimulante sexual – afrodisíaco.					
13	O guaraná é um redutor da fome e do sono					
14	O consumo indiscriminado, do guaraná em pó, pode trazer riscos à saúde humana.					
15	O consumo de guaraná em pó não é indicado para todas as pessoas.					
16	Existem poucas informações médicas e científicas sobre os efeitos do guaraná no corpo humano.					
17	Consumir o guaraná em pó, de maneira controlada, pode estimular o sistema nervoso central.					
18	Assim como outros produtos naturais, o guaraná atua como agente emagrecedor –					

	indutor da perda de peso.					
<b>19</b>	As pesquisas científicas indicam que o guaraná pode ser utilizado no tratamento de lesões gástricas – gastrites. Além disso, possui ação bactericida e ação antioxidante (previne o envelhecimento precoce).					
<b>20</b>	É Possível que o guaraná previna doenças cardíacas.					

**Anexo 04 - Questionário de Investigação do Hábito, da Frequência e da Forma de Consumo do Guaraná em Pó**



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO - UFRRJ  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO AGRÍCOLA  
MESTRANDO: JOÃO BATISTA MACEDO SOBRINHO**

As informações obtidas através do presente questionário farão parte da dissertação de mestrado, do pesquisador, **Prof. JOÃO BATISTA MACEDO SOBRINHO**, intitulada: “**CONSUMO DO GUARANÁ EM PÓ EM MAUÉS-AM – MITOS, CRENÇAS E SUA IMPORTÂNCIA NA PERCEPÇÃO DISCENTES, DO INSTITUTO FEDERAL DO AMAZONAS – CAMPUS MAUÉS (IFAM/CMA)**”.

**QUESTIONÁRIO DE INVESTIGAÇÃO DO HÁBITO, DA FREQUÊNCIA E DA FORMA DE CONSUMO DO GUARANÁ EM PÓ**

**I- Identificação do participante: (A IDENTIDADE DO PARTICIPANTE SERÁ PRESERVADA).**

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_ .

Sexo: \_\_\_\_\_

Naturalidade: \_\_\_\_\_ . Bairro: \_\_\_\_\_ .

**II- Questões sobre hábito e da frequência e forma de consumo do guaraná em pó**

01. Você tem o hábito de consumir o guaraná em pó?

Sim ( ) não ( )

02. Caso sua resposta anterior tenha sido positiva, quantas vezes você consome o guaraná ao dia?

1 vez ao dia ( ) 2 vezes ( ) 3 vezes ou mais ( )

03. Qual a quantidade aproximada de guaraná em pó ingerida durante ao longo do dia:

- 1 a 2 colheres de café
- 1 a 2 colheres de chá
- 1 a 2 colher de sobremesa
- 1 a 2 colher de sopa
- Outras maneiras especifique: \_\_\_\_\_.

04. Qual é a forma física do guaraná consumido:

- Ralado na língua do Pirarucu
- Ralado na pedra
- Em pó comercial

05. Em que tipo de bebida você consome o guaraná:

- Somente em água
- Em água com adoçado com açúcar
- Em sucos de frutas
- Em leite
- Em bebidas energéticas ex. “Shake”
- No “Shake” Turbinado
- Outras maneiras especifique: \_\_\_\_\_.

06. Quais os motivos que o levaram a consumir o guaraná em pó?

- Tradição familiar
- Melhoria no desempenho físico
- Influência de amigos
- Curiosidade
- Pesquisa na Mídia
- Outras maneiras especifique: \_\_\_\_\_.

07. Com que idade começou a consumir o guaraná? \_\_\_\_\_.

08. Você pratica alguma atividade física:

- sim     não

09. Em caso afirmativo, Quais os tipos de atividade física que você pratica?

- futebol
- vôlei
- corrida
- academia – musculação
- funcional



dança

caminhada

Outras, especificar: \_\_\_\_\_.

10. Qual a sua regularidade quanto à prática de atividade física?

1 vez por semana

2 a 3 vezes por semana

4 a 5 vezes por semana

Mais do que 5 vezes por semana

**Anexo 5** – Transcrição das entrevistas, na íntegra, com os moradores de Maués.  
Colocar as datas de cada entrevista.

Entrevista com a senhora N. I.

Concedida em 10/12/2015/ escrita em 15/12/2015

**Dona Noemi:** *Eu me chamo Noemi Leda Levy, nasci em 27 de agosto de 1930.*

**Entrevistador:** *A senhora autoriza a divulgação da sua entrevista?*

**Dona Noemi:** *Autorizo sim, autorizo sim.*

**Entrevistador:** *Dona N, eu tô fazendo um trabalho de entrevista sobre o consumo de guaraná, a senhora consome guaraná há quanto tempo?*

**Dona Noemi:** *Desde quando? Desde pequena! Porque a nossa casa era no meio do guaranazal, lá no sítio e era guaraná “tudinho ali”, papai tomava, mamãe tomava e eu tomava com eles também, e tenho 85 anos*

**Entrevistador:** *E desses 85 anos, foi por volta dos 5 a 10 anos que a senhora começou a consumir?*

**Dona Noemi:** *Eu acho que uns 5 anos.*

**Entrevistador:** *5 anos... E desde os 5 anos, quando a senhora toma guaraná o que a senhora sente no seu corpo de diferente, qual o benefício que o guaraná proporciona para a senhora?*

**Dona Noemi:** *Me dá energia, ele é diurético, ele é bom para o intestino... Pra tudo eu tomo, toda manhã...*

**Entrevistador:** *...E quanto que a senhora toma por dia de guaraná? ...*

**Dona Noemi:** *... Não só tomo de manhã, uma “colherzinha” ...*

**Entrevistador:** *...Uma colherzinha assim, de chá ou aquela colherzinha de...*

**Dona Noemi:** *... De café, daquela bem pequena, bem cheia.*

**Entrevistador:** *E o consumo de guaraná para a senhora, assim, ele vem ligado à uma coisa de família, tipo, a senhora começou a tomar guaraná por que?...*

**Dona Noemi:** *... É, é de família porque toda a nossa família toma, toda a nossa família toma, meu filho, meu esposo...*

Entrevistador: E pro seu filho, assim, foi uma recomendação da senhora que ele começasse a tomar o guaraná?

**Dona Noemi:** É porque ele... Ele via a gente tomar e ele toma, toma hoje até agora.

Entrevistador: E a quantidade que ele toma, assim, é a mesma da sua ou um pouquinho mais?

**Dona Noemi:** Um pouquinho mais, um “pouquito” mais, mas não é muito não, ele toma três vezes no dia, de manhã, na hora do almoço e antes de dormir (risos), agora eu não, só tomo de manhã.

Entrevistador: E quando a senhora não toma guaraná, a senhora sente alguma coisa de diferente no seu corpo?

**Dona Noemi:** Sinto porque a... O meu intestino não funciona direito, a... Ele é diurético, faz a gente urinar bastante que é muito bom “pros” rins. Eu me sinto muito bem.

Entrevistador: E com esse consumo de guaraná diário, a senhora por algum tempo já pensou em parar de tomar guaraná?

**Dona N.:** Não, não, não... Não, eu me sinto bem, nunca pensei em parar de tomar não.

### *Entrevista com o S.r.C.R.de O..*

- *Concedida em 10/12/2015/ escrita em 12/12/2015*

Entrevistador: Boa noite, seu Carlos, eu “tô” fazendo uma entrevista aqui para um trabalho de Educação Física sobre o consumo do guaraná e a sua relação com o produto. O senhor autoriza a gravação e a divulgação dessa entrevista?

**Sr. Carlos:** Com certeza, à vontade.

Entrevistador: Pois bem, o senhor tem quantos anos?

**Sr. Carlos:** Eu tenho 62 anos.

Entrevistador: E desses 62 anos o senhor consome guaraná desde quantos anos?

**Sr. Carlos:** Consumo guaraná regularmente, todos os dias, desde que eu cheguei em Maués em 1975. De 75 para 2015 são 25... 15... 40 anos exatos de consumo ininterrupto de guaraná todo santo dia.

Entrevistador: E o senhor bebe guaraná em qual horário do dia? De manhã, de tarde...

**Sr. Carlos:** *Durante muitos anos eu consumia apenas de manhã, no café da manhã, era o meu desjejum, primeiro desjejum. Aliás, só existe um desjejum né, depois já não é mais, era o guaraná de manhã, e pronto, uma vez por dia. Mas há mais de 10 anos eu venho consumindo duas vezes por dia em média, tomo de manhã e logo após o almoço eu também tomo novamente uma dose.*

Entrevistador: *E como foi que o senhor começou a tomar guaraná? Foi indicação de amigos, foi por meio da família... Como foi que o senhor começou a tomar?*

**Sr. Carlos:** *Quando eu cheguei em Maués, em 1975, eu vim como técnico da ACAR Amazonas, que hoje... Hoje é o IDAM. Então eu vim como técnico da ACAR, havia um costume, os colegas da instituição tomavam e eu aprendi com eles a tomar né. A princípio, pra quem é de origem do Sul como é o meu caso, aquele saborzinho meio amargo e tal... Mas logo incorporou o hábito e desde então aprendi. Todos os colegas da ACAR tomavam né, e depois eu saí de Maués, fui embora, mas sempre mantive esse costume, os meus familiares, a minha esposa daqui, sempre me mandavam guaraná pra onde eu estivesse e hoje em dia eu nunca deixei faltar durante todos esses 40 anos que eu consumo guaraná nunca me faltou, graças a Deus nem um dia da vida.*

Entrevistador: *E nesses 40 anos que o senhor bebe guaraná, o senhor bebe qual quantidade por dia?*

**Sr. Carlos:** *Olha eu tomo de manhã, eu tomo uma... Uma "dosezinha" um pouquinho maior, eu tomo uma e meia colher de café e um pouquinho de açúcar, eu não aprendi a tomar o guaraná completamente sem açúcar, então eu tomo, uso açúcar mascavo, às vezes uso adoçante, mas eu adoço um pouquinho, eu tomo uma colher e meia, uma colher e meia de café bem cheia de manhã, e à tarde, eu tomo, diminuo um pouquinho, só uma colher de café*

Entrevistador: *E no caso, quando o senhor bebe esse guaraná qual o efeito que o senhor sente no seu corpo?*

**Sr. Carlos:** *Olha, pra mim ele faz um efeito, assim, quase que... Quase que miraculoso. Tem também, eu tenho certeza que tem muito das propriedades né, das propriedades organoléticas do guaraná mas eu acredito que tenha também um pouco do efeito placebo né, porque eu acredito tanto, eu sinto tanto, tamanha disposição e tanta diferença quando eu consumo o produto que... Nossa! Faz uma diferença do... Do dia pra noite né, às vezes eu... Eu passar aí a tarde, eu "tô" naquela meia... Meia "molezinha" e tal... Tomo um banho... Mas enquanto eu não tomo o guaraná, eu não... Não sinto a disposição, então em mim ele faz*

*um efeito muito grande, inclusive aquele efeito colateral da taquicardia que muitas pessoas sentem quando, quando tomam, em mim nunca foi problema, nunca tive problema, a não ser em alguns momentos que eu andei abusando né, tomando em vários outros horários, tomando muitas vezes por dia, em alguns momentos que eu abusava assim, sentia que.. que. excesso “tava” sendo prejudicial mas imediatamente quando retornava, pronto, sem problema, e em mim o guaraná realmente, o guaraná faz parte da minha vida e eu acho que vou ser um desses velhinhos que ficam longevos aqui de Maués que tão aí hoje né, que são estudados pela UNAT (risos)*

*Entrevistador: Seu Carlos, quando o senhor bebe guaraná o senhor sente esses vários benefícios que o senhor já citou, mas se alguma vez, algum dia o senhor já passou sem tomar, e qual foi o efeito que o senhor sentiu se o senhor deixou, algum dia, escapar?*

***Sr. Carlos:** É, me escapou, eu... Na época eu... Eu era ainda gerente do Banco da Amazônia e numa dessas reuniões de gerentes de final do ano, estava em Belém e nós estávamos... Saímos da... De Belém fomos fazer uma visita em Guaraci e fomos pra lá, fomos dormir pra lá, e o meu guaraná ficou, em Belém. E no outro dia de manhã eu naquela agonia né, tomando café sem o guaraná e tal, aquela coisa, mas enquanto eu não consegui tomar um guaraná, e isso aconteceu já por volta das 10 horas parecia assim que eu não tinha acordado, que eu não tinha... Eu não conseguia concentrar a atenção em outras coisas porque ficava naquela, naquela coisa “Tá faltando guaraná, tá faltando guaraná...” inclusive fisicamente eu não me sentia decolar entendeu? Mas é como eu “tô” dizendo, raríssimas vezes eu fiquei sem tomar o guaraná pela ausência, toda vez que eu viajo a primeira providência é meu “estoquezinho” de guaraná né, no meu nécessaire junto com escova, creme dental, sabonete... A primeira peça que vai lá é o guaraná, e aí eu não deixo, realmente não deixo faltar não.*

*Entrevistador: O senhor citou muito bem o caso da taquicardia, os efeitos causados pelo excesso de guaraná, o senhor disse que já passou também por esses efeitos e eu queria que o senhor, se o senhor pudesse, contar uma vez, e se o senhor pudesse, dissesse... Pudessem falar se o senhor já pensou em parar de tomar guaraná por algum momento:*

***Sr. Carlos:** Já, eu já pensei, por quê? Porque quando é... Às vezes, qualquer coisa, qualquer problema que você tem é, por exemplo, uma gripe forte, uma virose e tal, você tem aquela percepção do paladar ruim, você não tem um... Sente a ausência do paladar. Nesses momentos é meio ruim, você às vezes... Eu já vi que algumas vezes eu fiquei sem tomar o guaraná não porque eu não quisesse, mas é porque o paladar né, você não consegue ingerir*

*nem água quando, quando “tá” acometido de alguma virose e isso já me aconteceu. Mas imediatamente quando você recobra a saúde, volta o costume.*

*Quanto ao efeito da taquicardia, ele, como ele é um energético né, ele tem uma... Ele tem bastante cafeína, realmente produz isso, ele dá isso em qualquer pessoa. Acontece que em mim, por exemplo, só quando eu excedo bastante, aí dá. Mas tem pessoas que não pode, com uma dose que, às vezes uma dose mínima de guaraná já sente esse efeito, assim como o café né, tem pessoas que não pode tomar café, toma um cafezinho não... Já sente uma dificuldade pra dormir, já acelera, por conta dos efeitos potencializados da cafeína, da guaranina. Mas em mim, realmente esse efeito só se vai fazendo notar se eu me exceder mesmo.*

*Entrevistador: E no caso, essa exceção que o senhor fala, o senhor sempre tomou a mesma quantidade de guaraná, o senhor tomava menos antes e foi aumentando com o passar do tempo... Como é que foi?*

***Sr. Carlos:** É, ele vai... A tendência é que você vá aumentando gradativamente as doses, às vezes até sem perceber, mas gradativamente às vezes você vai aumentando. Mas eu me, me policio, quando eu tenho aquela tendência de “tá” “Ópa, a minha dose tá, tá ficando... Tô tendo necessidade de aumentar um pouquinho a dose, o que eu faço? Eu uso o artifício de reduzir um pouquinho a água e faço um pouquinho mais forte e pronto pra, pra... Porque eu sei que tudo demais é sobra né, então qualquer excesso é prejudicial, inclusive do guaraná, então eu tomo esse cuidado realmente de quando a tendência do excesso eu freio lá na frente e tomo esse cuidado.*

*Entrevista com o professor Israel Pereira.*

*Concedida em 10/12/2015/ escrita em 14/12/2015*

*Entrevistador: Boa noite, seu nome completo, por favor:*

***Professor Israel:** Israel Pereira dos Santos.*

*Entrevistador: Seu Israel Pereira dos Santos, o senhor tem quantos anos?*

***Professor Israel:** 36 anos.*

*Entrevistador: E desses 36 anos, o senhor consome guaraná há quanto tempo?*

***Professor Israel:** 3 meses.*

*Entrevistador:* 3 meses? E como foi que o senhor começou a consumir o guaraná? Foi por... É... Vontade própria, indicação dos amigos... Como foi?

*Professor Israel:* Ah, bom, é..Vontade própria, porque eu vim morar no município de Maués e geralmente quando eu vou morar em algum, alguma localidade, das várias localidades que eu já morei, eu procuro vivenciar a cultura local né, e aí eu fui experimentar pra saber realmente quais os benefícios que eu poderia ter com isso, é... E... falo da questão de a bebida ser energética, e eu fiquei pensando em alguma coisa assim, relacionada por exemplo, a substituir o café, que eu consumo muito café, e aí eu comecei a utilizar o guaraná.

*Entrevistador:* E qual é a quantidade que o senhor toma diariamente de guaraná?

*Professor Israel:* Diariamente entre... Uma e duas colheres de chá em intervalos tipo, uma colher de chá pela manhã e uma à tarde.

*Entrevistador:* E... é... Uma colher de chá pela manhã, uma à tarde... No caso, o senhor sempre tomou essa quantidade, ou o senhor vem mudando com o passar dos dias?

*Professor Israel:* Sempre que eu... Desde que eu comecei, o mesmo hábito. Eu utilizo... Como eu trabalho no IFAM em dois turnos, no intervalo do turno da manhã, aí eu pego e preparo uma quantidade de uma colher de chá, e à tarde outra quantidade, com água.

*Entrevistador:* É... quando o senhor consome guaraná, qual é o efeito principal que o senhor sente no seu corpo? E assim, os efeitos secundários, um efeito que tá, é... Um efeito que o senhor julga só seu assim, tem algum?

*Professor Israel:* Bom, aí não dá pra dizer é... É meio subjetivo e... Pode ser que seja psicológico né, alguma coisa relacionada às vezes com é... Como se fosse... Enganar a fome, entre aspas né, mas esse efeito energético eu não percebo muito, não percebo muito. Agora realmente de... Como se saciasse a fome, sim, e é interessante porque é um hábito que me tirou o café que o café acaba irritando um pouco mais o estômago, e tal... E o guaraná não dá esse efeito.

*Entrevistador:* Essa quantidade que o senhor toma de guaraná... Já provocou um efeito colateral no senhor, o senhor já pensou algum tempo em parar de tomar guaraná?

*Professor Israel:* Não, não, nenhum efeito colateral, é, nada que me... Nem um tipo de incômodo, pelo contrário, só a sensação mesmo de bem estar.

Entrevistador: E esse bem estar que o senhor sente, é... O senhor teve alguma sensação recente? Porque o senhor começou a tomar guaraná muito recentemente, então é... Essa sensação mudou desde quando o senhor começou a tomar guaraná até hoje?

**Professor Israel:** Não, não mudou. Foi sempre a mesma coisa. Essa sensação de, de bem-estar é... Eu, eu bebo sem açúcar e... As... Geralmente essas bebidas amargas elas, elas despertam é, algum bem estar pra saciar a sede, até porque quando a gente bebe bebida muito doce, é, logo depois vem a sede, né, e as bebidas amargas já é o contrário, né, então ajuda a saciar a minha sede diferente do que se eu tivesse bebendo só água pura né, às vezes bebeu, água já fica com sede logo em seguida e essas bebidas é, quando a gente consome amargas também dá essa sensação que sacia um pouco prolongado.

Entrevistador: Essas colheres de chá que o senhor toma, o senhor nunca subiu a quantidade, não, nem regressou, nada?

**Professor Israel:** Não, no caso nunca alterei, sempre a mesma quantidade.

### *Entrevista com a Senhora Geny Helena.*

- *Concedida em 10/12/2015/ escrita em 15/12/2015*

Entrevistador: Boa noite, seu nome completo por favor:

**Dona Geny:** Geny Helena Leite Nogueira.

Entrevistador: Dona Geny a senhora autoriza a divulgação da entrevista?

**Dona Geny:** Sim, com certeza.

Entrevistador: O tema da entrevista que eu vou abordar é sobre o guaraná. É... A senhora tem quantos anos?

**Dona Geny:** Tenho 47.

Entrevistador: E desses 47 anos a senhora consome guaraná há quanto tempo?

**Dona Geny:** Desde que nasci (risos) meu pai me deu o guaraná.

Entrevistador: E esse guaraná que a senhora toma, qual é o período do dia que a senhora toma o guaraná?



**Dona Geny:** *Eu tomo de manhã, ao acordar é a primeira coisa que faço, e à tarde. Se eu não tomar, eu passo é mal, sinto dor de cabeça, é.. Não sei, é... fico indisposta e depois de tomar né, claro, fico à todo vapor (risos).*

**Entrevistador:** *É, qual a quantidade que a senhora toma, aproximadamente, de guaraná por dia?*

**Dona Geny:** *É uma colherzinha mesmo de chá né, umas três colheres de açúcar e só mesmo, e a água, só.*

**Entrevistador:** *No caso a senhora faz ele grosso ou mais ralo?*

**Dona Geny:** *Não, tem uma medida. Também não muito grosso, né, e nem ralo, tem uma medida certa pra, pra tomar porque grosso também já... Pra quem não é acostumado a tomar passa mal.*

**Entrevistador:** *E o guaraná que a senhora toma, depois que a senhora toma, a senhora sente algum efeito? Como que é?*

**Dona Geny:** *A gente fica com mais energia né, tá, quando indisposta e tomo guaraná a gente fica com mais vontade de fazer as coisas, com mais energia mesmo, passar o sono, é isso.*

**Entrevistador:** *E aproximadamente assim, a senhora pode descrever algum efeito que o guaraná, isto é, um que a senhora fala "esse é só meu", é um efeito particular.*

**Dona Geny:** *Dá pra repetir a pergunta?*

**Entrevistador:** *É, assim... Muita gente que toma guaraná, por exemplo, já foi citado aqui que o guaraná, ele em algumas pessoas inibe a fome, outras pessoas dizem que quando tomam guaraná ficam mais felizes, mais alegres... Tem algum efeito do guaraná que a senhora diz que é só seu, uma coisa particular com o guaraná?*

**Dona Geny:** *Não, assim, é... Inibir a fome pra mim não funciona, não funciona, mas o sono, é... Por exemplo, como eu falei ainda a pouco, se eu não tomar eu passo mal, sinto dor de cabeça, sinto náuseas acho que pelo fato de meu organismo já estar acostumado com o fato de tomar desde que nasci, meu pai deu guaraná pra gente todos os dias né, mesmo pequenos, "uma colherzinha" ele dava pra gente, então eu acho que o fato de eu tomar todos os dias sem falhar, quando eu não tomo eu passo mal mesmo, sinto muita dor de cabeça, então sabe, eu acho que é isso mesmo, é meu, isso é meu, não sei se outras pessoas sentem, mas isso é meu.*

*Entrevistador:* *É, a senhora alguma vez já tentou alterar a quantidade de guaraná, tomar um pouco mais, um pouco menos?*

*Dona Geny:* *Não, não, não... É a quantidade que sempre tomei, desde já quando atingi uma certa idade né, quando criança a dose era bem pouca que o pai dava, bem pouco mesmo, porque faz mal inclusive eu até dou uma dica de que ele fala quando principalmente os turistas, essas pessoas que vêm de fora, eles tomam guaraná muito forte, passam mal, assim, sentem aquele tremor, aquela coisa, passam mal, a dica que eu dou, que ele sempre fala, é só tomar o sumo do limão, que passa o efeito na hora.*

*Entrevistador:* *E a senhora citou muito bem o caso dessas tremedeiras, essas taquicardias que dá, em algum momento a senhora já sentiu algum efeito colateral do guaraná?*

*Dona Geny:* *Não, não, nunca senti nada assim, nada, nada, nunca senti não. Só... Só o bem mesmo, nunca me fez mal, nada.*

*Entrevistador:* *E... assim, ele nunca fez mal à senhora, a senhora falou que quando a senhora não toma a senhora sente uns mal-estares, umas náuseas, mas em algum momento a senhora já pensou em parar de tomar guaraná?*

*Dona Geny:* *Ah não (risos) não, não, não paro não, nem pensar.*

*Entrevistador:* *E a senhora tem alguma dica pra quem quer começar a tomar guaraná agora?*

*Dona Geny:* *Sim, é bom tomar, que faz bem né, faz bem pra pele, né, é... Como teve aquela pesquisa daquele doutor que... Né que... É, 'da, do... Dos idosos né, da longevidade, né, então fica a dica "pras" pessoas tomarem, isso faz muito bem mesmo, é nossa longevidade aqui em Maués né o... Creio que seja o guaraná, né, assim, que faz bem pra, pra população que... Pra todos que consomem, que são assíduos mesmo né, pode ver que tem tanto evento aqui em Maués, de pessoas, já fizeram, já comprovaram, deram várias reportagens, já comprovaram que o guaraná é longevidade*

### *Entrevista com Sr Silvio "Barão do Guaraná"*

- Concedida em 20/12/2015/ escrita em 22/12/2015

*Entrevistador:* *O guaraná na verdade deve ter uma origem ..*

**Sr. Silvio Proença:** *sim , sim exatamente....*

Entrevistador: *que você vai falar pra gente como tá o guaraná....*

**Sr. Silvio Proença:** *ai tú pergunta e eu respondo assim dentro do assunto.*

**Filho do Entrevistador:** *Pai, pai, .....é pra fazer que pergunta? As perguntas? As*

Entrevistador: *Não ele que diz, conta.*

**Sr. Silvio Proença:** *Há é tá siiim.*

Entrevistador: *sou seu Silvio tal.*

**Sr. Silvio Proença:** *iiiiiii..*

Entrevistador: *nascido em tal lugar.*

**Sr. Silvio Proença:** *não não ..beleza.siiim...(BUZINA...fÔÔÔUUUU)*

Entrevistador: *morando aqui em Maués a tantos anos.*

**Sr. Silvio Proença:** *siiim*

Entrevistador: *Entrevistador. Tá bom.?*

**Sr. Silvio Proença:** *Tá bom beleza, beleza..!*

Entrevistador: *Aí você conta sua história aqui no lugar à seu modo.*

**Sr. Silvio Proença:** *Siiim sim tá legal então tá bom então vamos lá..*

Entrevistador: *Você trabalha à vontade que vou trazer o quadro pra você*

**Sr. Silvio Proença:** *HÁ NÃO...!!! POSITIVO..FICA TRANQUILO .. tá tranquilo é é é é'....o meu nome é Silvio Proença né ? há a gente está aqui em Maués a praticamente há quinze anos ná..! morando, residindo aqui eu já conhecia a cidade faz uns quinze anos que eu estou morando aqui nessa cidade ..é é é a gente trabalha com guaraná já que aqui é a cidade do guaraná então a gente procurou fazer alguma coisa que realmente retratasse bem a cidade e o guaraná era o o era o era era ooo todo que é setor primário como em todo o interior do Amazonas mexe com setor primário. Mas aqui mais precisamente o guaraná.*

*Então nós elaboramos na época uma bebida chamada "turbinado" ... quê que é o turbinado..? turbinado é uma mistura é um composto como seu pai falou a pouco tempo do guaraná, o mirantan, mel, um pouquinho do amendoim ou uma castanha no caso seria uma nóz seria uma coisa assim mais o amendoim porque é uma coisa mais barata né..! um*

*pouquinho de leite que seria o leite soja seria o ideal NÉ..! inclusive o mais saudável e entstura tudo bate no liquidificador e toma ..HÁ a função dessa bebida gente é uma bebida energética né.*

*Ela deixa a pessoa é umm um um mais acordada deixa uma pessoa com a coordenação motora melhora os reflexos melhora né. Mais isso não fui eu que inventei isso já existe os índios tu pode ver a tu vai numa tribo numa uma ou mesmo. o ribeirinho que é uma mistura do cabôco com branco e você já vê eles tomando o guaraná é uma coisa normal uma coisa o colonizador quando chegou aqui no ano de 1600.. um padre alemão já via os índios tomando isso tomando essa bebida o que que a ente fez, um vez de servir numa cabaça, numa cuia, como eles servem lá na aldeia lá na comunidade.*

*Então agente transformou ela numa coisa mais urbana né? Então hoje ente serve numa taça né!?. agente coloca o gelo enfim por mais que essas comunidades os ribeirinhos hoje tem energia para todos(refere-se ao programa LUZ PARA TODOS..do Governo Federal..) tem um freezer tem um gelo mas naquela época não tinha, então eu fico até satisfeito quando eu vejo*

*assim a cidade hoje tem 10(dez) 12 (doze) banquinhas vendendo o guaraná na rua por quê aqui é a cidade do guaraná, como Rio Preto da Eva é a cidade da laranja, Figueiredo é a cidade do cupuaçu, e aqui é a cidade do guaraná.*

*E as pessoas chegavam aqui e não tinha nada de guaraná pra beber, o o nome “Turbinado” é é por quê o motor “turbo” é melhor que o motor aspirado né..!? uma turbina por exemplo faz um avião alevantar né!? O avião um avião vôar, então é hoje é sinônimo daquela mulher bonita bem torneada “turbinada” tá numa academia enfim e nós então colocamos esse nome somos os pioneiros a fazer isso aí né!? É nós fomos o pioneiro nós nos os os praticamente pegamos aquela formula que o índio já tinha e nós então urbanizamos a coisa.*

*Servindo dentro dum copo numa taça com gelo com isso com aquilo..e e hoje a coisa foi crescendo, foi crescendo, foi crescendo, ai ente sentiu a neeceeessidade de xe registrar isso ai, esse nome esse composto essa mistura né !? então hoje nós temos um registro no IMPI, o Instituto de Propriedade Industrial ou instisstuto de.. é no Rio de Janeiro mas o NPI, o SEBRAE que tinha um balcão na época hoje a Fucapi, inclusive tem empresas que fazem isso que registram a marca de de de de que registram as coisa que você quiser registrar um*

*invento ou coisa parecida, por isso que o nós temos aquele errezinho pode ver em cima do nome turbinado tem um errezinho*

*E o que nos deixa um pouco chateado, assim magoado é é não que seja, hoje a gente já conseguiu entender e até aceitar isso aí é quando alguém coloca o mesmo nome né, então por exemplo; não existe duas coca-cola, existe a coca-cola, Pepsi-cola, baré-cola, gury-cola né..! é é skin cola, não que não vem outro cara u uma outra empresa fazer um a coca-cola e com a mesma letra ainda coca-cola tal, não vê cada um fazer o seu produto, então a mesma coisa que eu digo cada deveria fazer o seu energético assim como tem o BURNY, tem o RADBUL, tem o TNT, e sim aquela coisa toda.*

*E como eu dizia eu vou à Parintins, a 10(dez) 11(onze) anos seguidos no mesmo lugar no mesmo espaço só era eu, hoje tem 8(oito) tem 10(dez) tem 12(doze) que bom todo mundo ganha dinheiro em torno de um grã é o guaraná, é a Amazônia, é uma fruta nossa, entendeu ..? mas eu peço prá pessoas colocarem um outro nome, por quê que é “turbinado”..! vai que o cara toma o “turbinado” e passa mau..? por exemplo; tomou o meu tomou o do fulano, tomou do ciclano, mas hoje virou sinônimo de “guaraná batido” então é isso aí que é legal, tá entendendo né..!*

*É como por exemplo Xerox, Xerox é.. é.. era um código da NASA que inventou uma máquina pra revelar as fotos da lua, e hoje tú chega em qualquer lugar tú pede um Xerox, como é tú pede uma fotocópia, é ou num é..? Xerox é.. Brastemp é é sinônimo de eletrodoméstico né sinônimo de coisa boa Brastemp né!? Oi não não é uma Brastemp né! assim por diante.. então eu eu hoje me sinto satisfeito em.. em.. né quem é que.. que.. a idéia que a invenção que a coisa que a gente ela se propagou.. ( nesse momento a sua funcionaria traz uma tela: “o coletor de Guaraná”).porra que bonito esse quadro em !? BAAARBARIDADE.! BAAAR,*

Entrevistador: *É um estilo CUBISTA .!*

**Sr. Silvio Proença:** *Como é que é o nome do.. do. desse pintor..?...É.. Há.. nós criamos uma marca “BARÃO DO GUARANÁ” , inclusive, o senhor pode pegar ali Professor..!? uma.. um potezinho desse aí. Isso..! taí, então olha o que aconteceu.. isso aqui é seu. você vai levar agora, o que acontece você pode levar os dois pode pegar um verdinho desse também, por quê.? Isso aqui é guaraná isso aqui é mirantan, quê que é um mirantan..? é um vasodilatador, o nosso corpo é cheio de veias num é..? cheio de vasos isso faz aqui dilata o vaso e faz com quê a cafeína do guaraná, aliás a GUARAÍNA,*

**Sr. Silvio Proença:** *a cafeína é do café*

**Sr. Silvio Proença:** *é a GUARAÍNA..!*

**Sr. Silvio Proença:** *e a Guaraína é do Guaraná! Ela circula melhor. (barulho de moto vruuuUUUMMMMMmmmm) como se ...tome aqui BARÃO DO GUARANÁ.. isso aqui é uma licença poética..! entendeu..? por quê o BARÃO .. exista o Barão do Café, Barão disse, Barão daquilo, o siô da época do império, então o quê que aconteceu..? as pessoas passam ai e perguntam..!!pergunta pra esse Barão quantos bagos de guaraná ele plantou.? Não eu não plantei nenhum..!*

*Quem tem que tirar o petróleo do PRÉ-SAL, sabe quem é a PETROBRÁS, Você tem que dar uma aula bem dada, óh, padaria dali, o Paulo aqui do lado fazer um pão bem feito, a lavadera lavar uma roupa bem lavada, quem tem que plantar o guaraná é o guaranaicultor é ou não é..? eu tô aqui pra vender o guaraná eu sou um beneficiador do fruto, então ente faz o XARÓPE ente faz o LICÔR, NÉ.. ente faz produtos derivados do suco do guaraná fruto do Guaraná..entendeu. ? óh.. e.. Ta faltando um? e.. a.. isso aqui é o nosso XARÓPE ..!*

*Tem um butóque, há tá aqui, tem um butóquezinho pro álcool não evaporar (referindo-se ao licor de guaraná) essa aqui é com a Cachaça daqui mesmo ..entendeu lá do Celso da Usina certo..? ente mistura com o guaraná e tal ..entendeu..? deixa de molho, aquele Xarope que dei um gole pro seu Pai e pra você não por que tem álcool.. entendeu..quer ver uma coisa ? dirige-se a sua funcionária e diz: tu coloca pra mim uns três cubos de gelo num copo, (depois fala dirigindo-se a um jovem meu filho que me acompanhava gravando durante a entrevista ) você vai tomar um guaraná agora.*

*Feito aqui na hora, sem conservante, sem stressante, você vai tomar um refrigerante de guaraná, você vai tomar um KUWAIT, um exemplo, um exemplo né ou um outra ai..! ela já vai preparar num copo ali.. faço questão.. esse quadro é de um valor incalculável. de maneira alguma eu tô fazendo isso em troca do quadro. mas só pelo fato de você estar aqui e se interessar né.. esse aqui é um guaraná ele é orgânico. Qual que é a diferença do orgânico? ai é que tá que ele não tem veneno.*

*Num adianta tu trabalhar com um produto que prolonga a vida ..é ou num é. E te dá uma alegria e te dá um câncerzinho na metade do caminho é ou num é? Então quer dizer o orgânico o quê é o que é ..inclusive estava numa palestra na Universidade e você não me encontrou aqui é justamente disso do orgânico.ai óh e desse aí..e esse Xarope ai óh ....*

Entrevistar essas pessoas foi um grande privilégio, poder estar a frente de uma pesquisa como essa foi uma honra, embora entenda que o resultado será muito significativo para a comunidade acadêmica, vejo um leque de possibilidade aqui surgidas sobre o guaraná de Maués, historicamente conhecido como o mais original da Amazônia, tem nos entrevistados a resposta viva de um produto natural, de fácil acesso e sobretudo de possibilidade de vida saudável, pois, requer pesquisas mais aprofundadas para que possa assegurar aos consumidores mais segurança e tranquilidade quanto a sua quantidade e composição química em cada dosagem sem alterar sua originalidade.