



Kawaiwete

**Koa ka'arana
ore jemu'e
awera
imome'wawa**

**Valor nutritivo dos
alimentos, saúde bucal e
prevenção da desnutrição**

Curso de Formação de
Agentes Indígenas de Saúde/
Projeto Xingu/EPM/Unifesp

**Koa ka'arana ore jemu'e
awera imome'wawa**

Kawaiwete *Valor nutritivo dos alimentos,
saúde bucal e
prevenção da desnutrição*

Presidência da República
Ministério da Educação
Secretaria Executiva
Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização, Diversidade e Inclusão
Diretoria de Políticas para Educação do Campo, Indígena e para as Relações Étnico-Raciais

Universidade Federal de Minas Gerais

Reitor

Clélio Campolina Diniz

Vice-Reitora

Rocksane de Carvalho Norton

Faculdade de Letras

Diretor

Luiz Francisco Dias

Vice-Diretora

Sandra Maria Gualberto Braga Bianchet

Núcleo Transdisciplinar de Pesquisas Literaterras

Coordenadora

Maria Inês de Almeida

**Koa ka'arana ore jemu'e
awera imome'wawa**

Kawaiwete *Valor nutritivo dos alimentos,
saúde bucal e
prevenção da desnutrição*

*FALE - Faculdade de Letras /UFMG
Literaterras*

*Curso de Formação de
Agentes Indígenas de Saúde/
Projeto Xingu/EPM/Unifesp*

Novembro/2012

K75 Koa ka'arana ore jemu'e awera imome'wawa = Valor nutritivo dos alimentos, saúde bucal e prevenção da desnutrição / Aramuti Kaiabi... [et al.]. - Belo Horizonte : FALE/UFMG : Literaterras, 2012.
126 p. : il., (color)

ISBN: 978-85-7758-177-1.

Texto em Kaiabi e em português.

Este livro foi produzido no contexto do Curso de Formação dos Agentes Indígenas de Saúde (AIS) do Médio, Baixo e Leste Xingu.

1. Índios Kaiabi - Mato Grosso. 2. Índios da América do Sul - Brasil - Nutrição. 3. Índios da América do Sul - Brasil - Saúde e higiene. 4. Índios da América do Sul - Brasil - Saúde bucal - 5. Saúde pública - Mato Grosso. I. Aramuti, Kaiabi. II. Curso de Formação de Agentes Indígenas de Saúde/ Projeto Xingu/ EPM/ Unifesp. III. Título. IV. Título: Valor nutritivo dos alimentos, saúde bucal e prevenção da desnutrição.

CDD : 980.41

Ficha catalográfica elaborada pelos Bibliotecários da Biblioteca FALE/UFMG

Muanga re oporowyky ma'e, tajã re oporowyky ma'e, yare oporowyky ma'e jaw:

Aramut Kaiabi, Arasi Kaiabi, Aruta Kaiabi,
Awatare Kaiabi, Awa Kaiabi, Inamurap Kaiabi,
Ireki Kaiabi, Yefuka Kaiabi, Kwariup Kaiabi,
Matariowy Kaiabi, Mayup Kaiabi, Muap Kaiabi,
Pirapy Kaiabi, Tafarejup Kaiabi, Tafut
Kaiabi, Tamakari Kaiabi, Tapi Kaiabi, Tari Kaiabi,
Wyrasingi Siratywi Kaiabi, Wyra'wat
Kaiabi, Inatatapi Kaiabi, Loiware Kaiabi,
Yuwamim Kaiabi.

Aulas de língua Kawaiwete e orientações para a redação do livro

Jowosipep Kaiabi e Pikuruk Kaiabi

Assessoria na organização do livro

Maria Cristina Troncarelli e Estela Würker

Coordenação do Curso

Sofia Mendonça

Coordenação do Ensino Fundamental

Estela Würker e Maria Cristina Troncarelli

Imagem da capa

Arasi Kaiabi e Arutari Kaiabi

Apoio nas aulas de saúde

Clayton Coelho, Douglas Rodrigues, Eduardo Biral, Evelim Plácido, Érica Ribeiro, Ewerton Aires, Fernanda R. Martinez, Juliana Martins, Marcos Schaper, Mariana Queiróz, Pablo Lemos, Sofia Mendonça, Vanessa Hanquim e Vânia Rabelo.

Apoio logístico

Ana Maria Gonçalves e Daniel de Oliveira

Projeto gráfico, formatação e capa

Mangá Ilustração e Design Gráfico

O Livro

Este livro foi produzido no contexto do Curso de Formação dos Agentes Indígenas de Saúde (AIS) do Médio, Baixo e Leste Xingu. A ideia de escrever o livro bilíngue foi concebida durante as etapas de ensino fundamental que fazem parte da formação dos agentes e tem como objetivo a reflexão e divulgação dos temas trabalhados durante os módulos de saúde da criança, vigilância nutricional, segurança alimentar e saúde bucal.

A valorização dos conhecimentos tradicionais relacionados aos cuidados especiais e à alimentação, particularmente destinados às crianças, tem sido um dos objetivos do processo de formação. O livro também tem uma função importante de exercitar a escrita da língua materna. A participação dos professores indígenas durante toda esta produção tem sido fundamental.

A Formação dos Agentes Indígenas de Saúde

O Projeto Xingu, da Escola Paulista de Medicina, tem trabalhado com a formação de agentes indígenas de saúde, de forma sistemática, desde 1990. A formação de recursos humanos para o trabalho em saúde indígena sempre foi uma característica do trabalho da Escola Paulista de Medicina, hoje Universidade Federal de São Paulo (EPM/Unifesp), entre os povos indígenas do Xingu.

Este curso foi organizado de forma modular, com períodos de concentração e dispersão, privilegiando o dia-a-dia do trabalho como espaço de formação. De forma integrada os alunos puderam ter acesso ao ensino fundamental, o que lhes garantiu a perspectiva de continuidade no processo formal de educação. A experiência de agregar os conteúdos do núcleo comum – língua indígena, língua portuguesa, matemática, ciências sociais e ciências naturais ao curso, com conseqüente participação de professores do ensino fundamental, indígenas e não indígenas, no curso, trouxe novas dimensões à aprendizagem. Em vários momentos estes professores acompanharam os alunos no seu dia-a-dia da aldeia como a supervisão prática em matemática e outras áreas de conhecimento. O trabalho desenvolvido por estes professores tem indicado que, muito mais do que instrumentalizar os alunos para o trabalho em saúde, os novos conhecimentos adquiridos concretizam um processo educativo emancipatório e cidadão.

Este programa de formação traz uma concepção ampla de construção social da saúde no Xingu, calcada no diálogo intercultural e intersetorial. As atividades desenvolvidas utilizam metodologias de ensino participativas e problematizadoras, pautadas pelas experiências de vida e de trabalho dos envolvidos.

A formação de agentes de saúde de uma turma de 55 alunos foi concluída ao final de 2011, após nove módulos de concentração e dispersão, com a certificação concomitante à do ensino fundamental em agosto de 2012, ocasião em que foi realizada a festa de formatura dos alunos, no Parque Indígena do Xingu.

Este livro deverá ser utilizado pelos agentes de saúde em seu cotidiano de trabalho, nos espaços de ensinar e aprender das aldeias e nas reuniões sobre saúde, nutrição e desnutrição. Também será utilizado pelos professores e agentes de saúde nas escolas indígenas, com as crianças, jovens e adultos.

Sofia Mendonça

O povo Kawaiwete (Kaiabi)

Kawaiwete é a autodenominação do povo conhecido como Kaiabi, falante de uma língua do tronco Tupi, da família guarani. O povo Kawaiwete vive na Terra Indígena do Xingu (ou Parque Indígena do Xingu), em Mato Grosso; na Terra Indígena Kaiabi e na Terra Indígena Kaiabi Gleba Sul, no Pará, estas duas últimas Terras ainda não homologadas. A população Kawaiwete é de aproximadamente 1.855 pessoas (Unifesp/Funasa/2010), a maior parte delas vivendo na Terra Indígena do Xingu.

Até 1940 o povo Kawaiwete ocupava uma extensa região entre o rio Arinos, o rio dos Peixes e o rio Teles Pires (ou São Manoel), entre o Mato Grosso e o Pará. Era um povo guerreiro e temido por atacar os seringueiros, viajantes e funcionários do Serviço de Proteção ao Índio que adentraram o seu território a partir dessa época. No entanto, as terras Kawaiwete foram ocupadas por seringueiros e os índios induzidos a trabalhar nos seringais, em regime de escravidão. A partir de 1950 a região é invadida também por madeireiros e fazendeiros.

Em 1949 Cláudio e Orlando Villas-Bôas contataram o povo Kawaiwete e, preocupados com a sua sobrevivência no contexto da invasão de suas terras, convidaram a liderança Prepori para ir viver no Parque Indígena do Xingu. Prepori, pressionado pela situação de violência que se instalava em suas terras originais, resolveu ir com sua família caminhando para o Parque do Xingu. Posteriormente outras famílias Kawaiwete mudaram-se para lá.

Muitos velhos Kawaiwete lamentam a transferência para o Parque Indígena do Xingu porque os ecossistemas e os recursos naturais são diferentes de suas terras tradicionais: no Xingu não são encontrados recursos como terras pretas em abundância, favoráveis à agricultura; barro para cerâmica, além de uma grande variedade de frutas como a castanha-do-Brasil, entre outras.

Grande parte das terras tradicionais Kawaiwete foi ocupada pelos municípios de Alta Floresta e Sinop. Em 2011 algumas lideranças que vivem no Xingu constataram em uma expedição ao seu território original que suas aldeias antigas serão inundadas por hidrelétricas no rio Teles Pires.

O povo Kawaiwete é tradicionalmente agricultor, possuindo uma grande diversidade e variedade de espécies de produtos da roça. Um exemplo dessa riqueza é a existência de 40 variedades de amendoim, entre outras espécies importantes cultivadas. Os Kawaiwete foram protagonistas na criação da Associação Terra Indígena do Xingu (ATIX), que reúne em suas assembleias lideranças de todas as etnias do Parque Indígena do Xingu. Através da ATIX os Kawaiwete desenvolveram um projeto de revitalização da arte da cestaria e da tecelagem e um projeto de criação de um banco de sementes e de outros recursos cultivados em suas roças. O povo Kawaiwete reivindica como indenização pela perda de suas terras, uma parte do território vizinho à Terra Indígena Xingu, na região do rio Arraia.

No Parque Indígena do Xingu existem cerca de 23 aldeias do povo Kawaiwete, nas quais o livro será utilizado nas escolas.

Maria Cristina Troncarelli

Imome'wap Koa ka'arana

Ore jemu'eawera jera'uaare muanga re oporowyky ma'eramũ angera jera'uaare orejemu'ei: my'atotoke, takuĩ'juat, myjuat; my'aray, kunumĩ poyje'em, temi'u, ewo'i, te mama'e ky'a jaw.

Angera jera'uaare orojemu'jaw a'eramũ ore koa ka'arana iapaw. Morongyta pype wyriara oporongytaw jera'uaare. A'eramũ futat ore mama'e resaka jareje'wyrripe kunumĩ poyje'emare. A'eramũ ore ikwaapa angãmũ, ikwaawukaa oree. A'eramũ angamũ imujaa ka'arana re.

Kwaiwete nipo ae remi'uramã, a'eramũ ae re koi jaruete opifuakaramũ 'jaw. Ka'arana janejemu'jawa jera'uaare najue jue etee Kawaiwete ma'eramũ wuy'way pewaramũ.

Nanuara ka'arana oko janeupe jane jemu'jawamũ.

Apresentação

Este livro apresenta o nosso aprendizado. Nós, agentes de saúde Kawaiwete, estudamos sobre as doenças como pneumonia, DST, doenças de pele, diarreia, desnutrição e parasitoses intestinais. Estudamos os alimentos e também sobre saneamento.

Em todas as reuniões que acontecerem nas aldeias, os caciques devem falar sobre a prevenção de doenças junto com os agentes de saúde. Nós, agentes de saúde, acompanharemos o peso e a altura das crianças nas nossas aldeias.

Através do nosso estudo aprendemos a registrar os conhecimentos para produzir este livro.

Este livro é para nós estudarmos.



Aruta Kaiabi



Índice

- 5 *O Livro*
- 6 *A Formação dos Agentes Indígenas de Saúde*
- 8 *O povo Kawaiwete (Kaiabi)*
- 10 *Imome'wap*
- 11 *Apresentação*
- 17 *Majate aje'te ae jemi'wara | 18 O que é nutrição*
- 19 *Angamũ ae pira mamuakaa wa, ae
remi'ua | 20 Pirâmide alimentar*
- 21 *Maran te ae remi'ua ymã rakue, maran te ae
jemongyi rakue? | 26 Como eram nossos
alimentos antigamente*
- 28 *Kunumã kyrare omaenuna temi'uramã re'jaw |
29 Cuidados com a alimentação das crianças*

- 30 Kupeirup Temi'u resaukaaret | 38 A origem dos alimentos
- 46 História da origem dos alimentos do povo Kaiabi.
- 55 Temi'u jeupawet
- 59 Temi'u resaukaaret
- 61 Maran te janeremiua awamũ wara, jana erekow awamũ? | 62 Como é a nossa alimentação hoje, como podemos cuidar dela?
- 63 Ae jekwakupap, ojemi'ua esage, amaenuna kunumĩã kyra re, a'ea ae wopo kujãã ra'yryrũ rauwe | 67 Os cuidados durante a gestação e o que é permitido para o homem e a mulher
- 70 Ma'ja te pifuakare'ema ae pirye'ema? | 71 O que é desnutrição?
- 72 Ae juru jera'uawi ae je ãngui | 73 Prevenção das doenças da boca
- 74 Ae rajã porongyta | 74 História da origem do dente para o povo Kawaiwete
- 75 Ae rajã japyruawa reruawa mome'wawa | 75 História dos dentes
- 77 Ae rãjã nipo nafugi a'eramũ ae ojemi'wa esage | 77 Quando não temos cárie no dente nós nos alimentamos bem



- 79 Ae jemiú'wa kwa kwai'i te aepira
mamuakaap jaw | 80 *Segurança
alimentar e nutricional*
- 81 Temi'uramã resakatuawa te ae pira
mamuakaap 'jaw | 82 *Vigilância
nutricional e alimentar*
- 83 Temi'urama resakatuawa | 84 *A alimentação
e o desenvolvimento das crianças*
- 84 Kujãmera ijatykaawet | 87 *Propostas do
Encontro de Mulheres*
- 90 Piawuu apoap | 90 *Receita de mutap de matrinchã*
- 91 Pira mutawa tojo'oware iapo awa | 91 *Pirão de peixe
com taioba*
- 92 Tojoop | 92 *Como preparar taioba*
- 93 Tojoop | 94 *Receita de taioba*
- 94 Kumana ku'i | 95 *Receita de pó de feijão fava*
- 96 Pira ku'i | 97 *Farinha de peixe*
- 98 Ya | 98 *Saúva*
- 99 Ywy'ja apo'ap | 100 *Receita de Curimatá*
- 102 Awasi | 102 *Milho*
- 102 Jetyga apoap | 103 *Como preparar a batata*
- 104 Manyop | 104 *Folha de mandioca*
- 105 Wyraupi'a | 106 *Ovo*
- 106 Awai | 107 *Pequi*



- 108 Tukunare | 109 Tucunaré
- 109 Y'waete kawĩ | 110 Receita de mingau de castanha
- 110 Pirakasing | 111 Receita de mandi
- 111 Pino'wa | 112 Receita de bacaba
- 112 Paku'auy (Panany) | 113 Bananas
- 113 Jakupesing | 114 Receita de jacutinga
- 115 Tajau | 115 Receita de queixada
- 116 Api | 116 Receita de api
- 117 Ka'i mutawa iapoap | 118 Mutap de macaco
- 119 Juja'yt mutawa iapoawa | 119 Receita de
mutap de rã
- 120 Ae ara nupap | 120 Faixas etárias

Majate aje'te ae jemi'wara

Wyrasingi, Wyra'wat,
Awa e Tafarejup Kaiabi

Aje'te ae jemi'wara angera mama'e waw: pira, 'ywa, wyra, kawĩ, manioko'o mama'e tesirumet jaw.

Na'ui nipo ae angera mama'ea, a'eramũ ae nipiryi, nipifuakari jaw. Nanuara upe ae'i aje'te ae jemi'wara.

Miaro'o, pira, a'ea ae muaranup, ae mapifuaka ajaw.

Y'wa, ae pifuakara amojok ae ry pype nan ae remi'u porowykyi. Na jemiuari nipo ae a'eramũ ae noporo wykyi, ae pifuakare'ema, a'eramũ ajemi'waa etee. Futat akaw, worywamũ jaw.

Ore remiopofet: Wyra'wat,
Wyrasingi, Tafarejup e Awa Kaiabi

Wyra'wat, Awa e Tafarejup Kaiabi



O que é nutrição

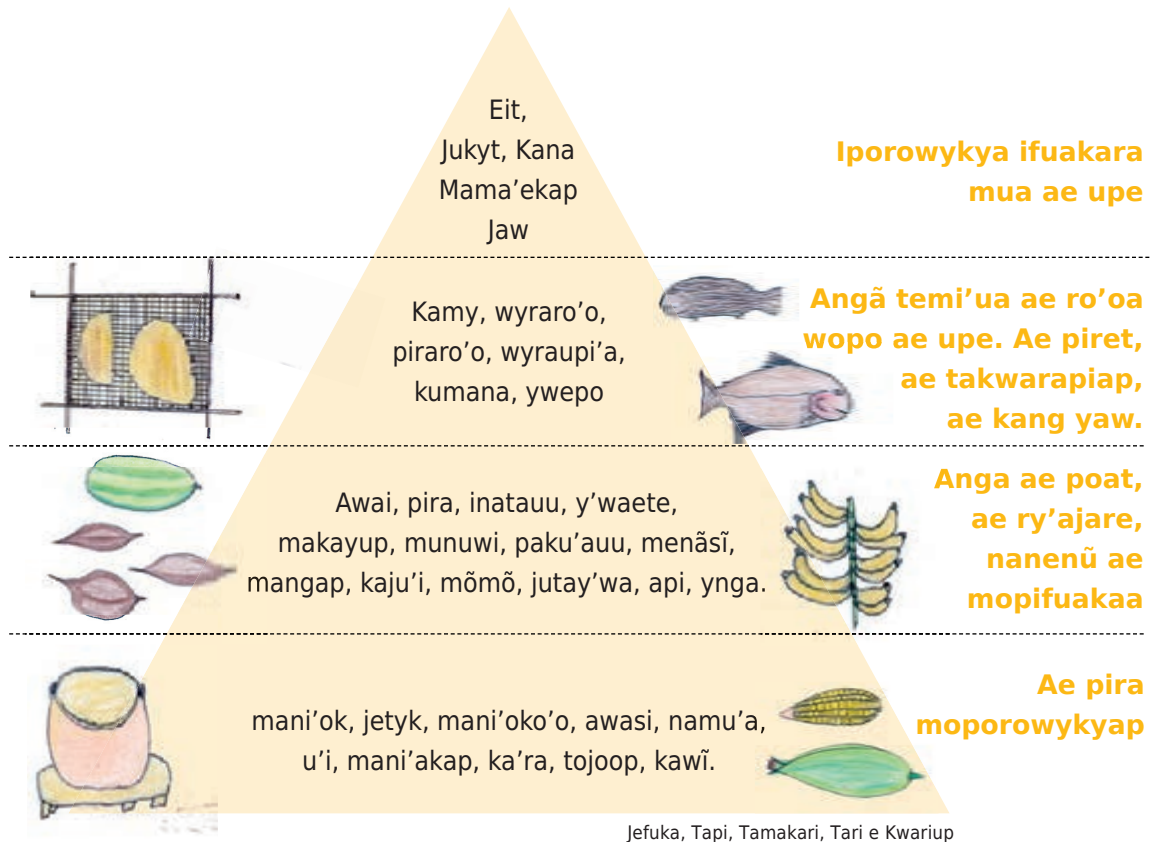
Nutrição é uma ciência que estuda o conjunto de alimentos que os seres humanos consomem como: peixes, caças, frutas, mingau, beiju etc. Se nós não nos alimentarmos bem, ficaremos fracos e sem nutrientes no nosso corpo. Por exemplo: a carne é construtora, ela ajuda a construir o nosso corpo. O mingau é energético, ele fortalece o nosso corpo, por isso é importante se alimentar bem para ficar forte e ter saúde.



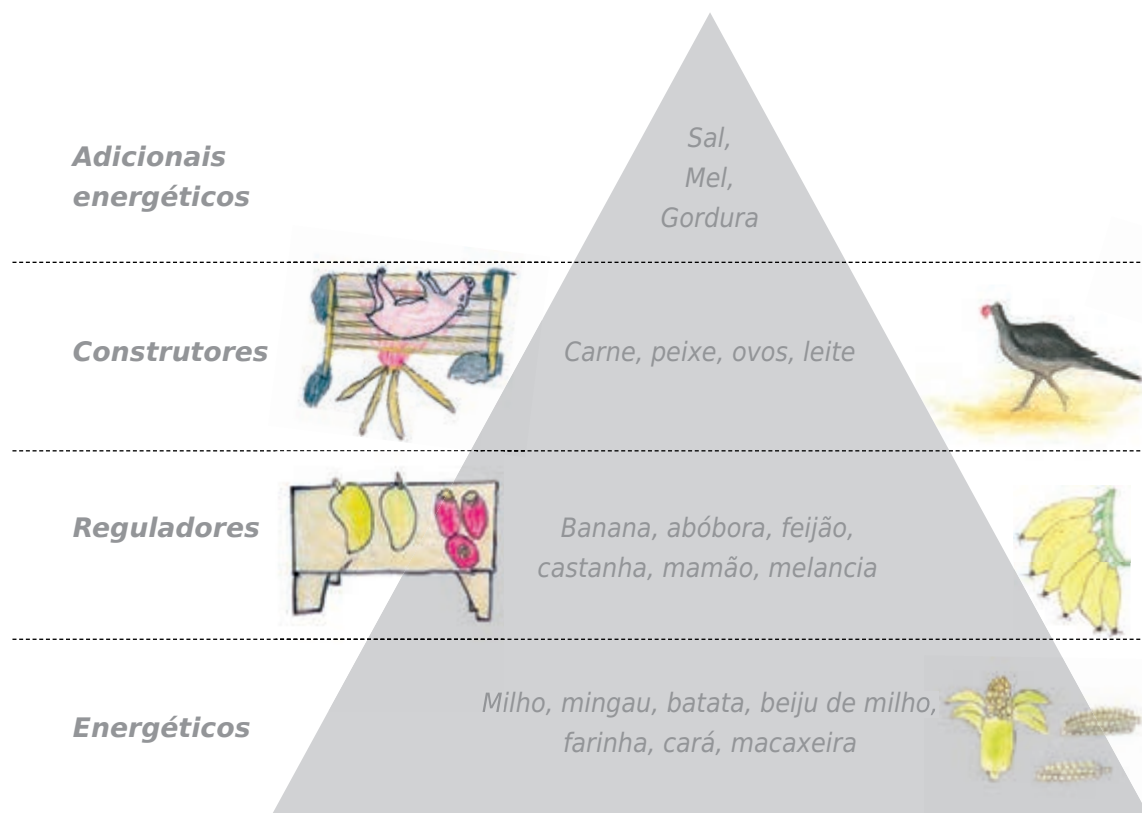
Wyra'wat, Awa e Tafarejup Kaiabi



Angamũ ae pira mamuakaa wa, ae remi'ua:



Pirâmide alimentar



Maran te ae remi'ua ymã rakue, maran te ae jemongyi rakue?

| Aramut, Arasi, Tafut, Aruta, Muap e Inamurap Kaiabi

Ymã nipo a'e ae je mi'uaara a'jete tee wi rakue.

Sa'ã awamũ nana ruĩ.

Yma ae remi'ua nipo a'e rakue kopyiara: awasi, namu'a, towauu, ka'ra, namu'a pasĩng, jetyk, mani'yp, tamituaran, u'i, munuwi, mani'akap, mani'atata.

Mama'e reewat: tojoop, manyop, u'iete, mani'oko'o, u'isĩngãtã, kumana ku'i, munuwi ku'i, awasi ku'i.

Pira posek



Pira ku'i



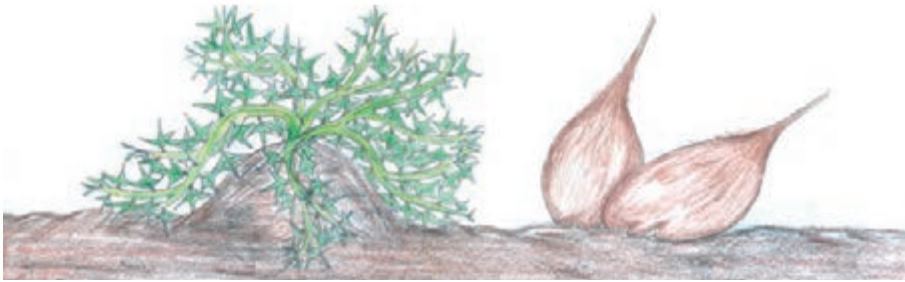
Awasi posek



Manioko'o



Kawĩ ramũ iapopyt: awasi kawĩ, karajayfwet, munuwi kawĩ, mani'a kawy, eiry, kawĩpie y'way, jetygy, ka'ray, namu'ay.



Jetyk



Ka'ra

Namu'a



Awasi

Maniyp



Jetyk

Kumana



Munuwi

Tamituaran

Aruta Kaiabi



Jemi'uat: mutap, namu'a'om, pira'om, pira mutap, piraka'ë, tojoo mutap, munuwi mutap, kumana mutap, kumana yfwet.



Typy'ak



Ka'na



Mômô



Mani'akap



Monowi



Ka'ra



Menasi



Mani'ywete



Awasi



Paku'auu



Namu'a

Awatare Kaiabi



Ka'apewara temi'ua wyra rera: ka'iete, jaju'i, ta'may, tajau, taitetu, kwasi, miaruu, akusi, tatu, karupam, akyky, jakupesing, jakupemũũ, inamuu, inamua kangiup, tekwapa, mytũ, jakupe'mĩ, ju'iuu, inamurop, wyra jo'o, jowosiuu, ywepo, uru'i.

Akyky



Mytũ



Ju'iuu



Ywepo



Muap Kaiabi

'Ywa tesirũmera ka'apera: ywaete, inata, ynga, api, ka'asisio'a, awai, araity ra'nauu, ka'au'ywa, pino'wa, jujy'wa, myrisiy'wa, muri'iuu, tangryry'wa, kwepe futat 'ywa pytuna.

Ywaete



Pinowauu



Kooywa



Api



Tafut Kaiabi



'Angera mama'ea nipoa a'e ae a'u rakue, na'ui ekoetei rũĩ nipo a'e ae angera te mi'ua rakue, ujara je'ẽgã rupi etee futat nipoa'e ae temi'u'ui rakue. A'eramũ nipo ae angamũ ojera'waw we'em rakue, nosinĩngĩ ekoetei ae, naje ra'ui ekoetei ae ymã rakue.

Ma'eramũ angamũ?

Ymã ae ujara je'ega metei nipo a'e rakue, mama'ea ojeupe i'ukaramũ etee futat ae temi'u'ui rakue, ymã ojera'waw we'em. Ae jowosia poi, akopia, ojemi'u ekaa, oja'yrapyau, ojo'waw, afuakaramũ ojemi'uekaa 'jaw nipo a'e rakue.

Nãn nipo a'e ae ymã ae jemongyi oje'wyrife rakue.



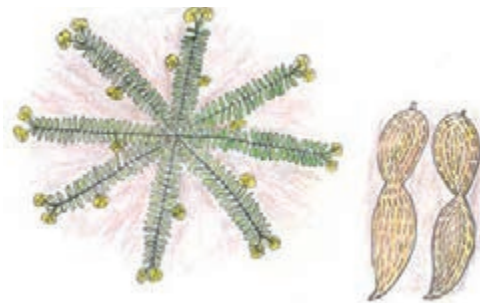
Tamituarã



Maniatata



Munuwi



Como eram nossos alimentos antigamente

Antigamente os nossos alimentos eram bons, não eram como os alimentos de hoje. Havia muitos produtos da roça como: milho, cará, mangarito, batata, mandioca de farinha, mandioca doce, macaxeira.

Mistura de alimentos: taioba, farinha fina, beiju, farinha de feijão, fava, farinha de amendoim, farinha de milho.



Wyra 'wat, Awa e Tafarejup Kaiabi



Mingaus: mingau de milho, mingau de amendoim, mingau de mandioca doce, suco de mel, mingau de castanha, mingau de cará.

Receitas: pirão de taioba, farofa de peixe, peixe moqueado, pirão de amendoim, pirão de feijão, caldo de fava.

Alimentos do mato: macaco zogui-zogui, macaco da noite, porco, caititu, quati, mutum, paca, cutia, tatu, veado, guariba, jacutinga, jacu, macuco, jaó, nambu, jacamim, jabuti, orelha de pau.

Várias frutas silvestres: castanha, inajá, ingá, api, pequi, cacau, bacaba, açá, buriti, murici e outras frutas que não sabemos traduzir para a língua portuguesa.

Estas são as frutas que nós comíamos, nós não comíamos qualquer tipo de alimento, seguíamos a orientação das nossas famílias, por isso não pegávamos doença tão facilmente. Antigamente nós não emagrecíamos, nem pegávamos doenças com facilidade. Por que era assim? Antigamente nós seguíamos orientação dos familiares e as regras do nosso povo, só podíamos nos alimentar quando a família liberava algum tipo de comida. Nós fazíamos festa, roça, buscávamos comida no mato, tínhamos filhos e namorávamos para ter força para trabalhar. Assim nós morávamos nas nossas aldeias antigamente.



Kunumĩa kyrare omaenuna temi'uramã re'jaw

| Awatare Kaiabi

Morowykya apaw aju'jawe etee kunumĩakyrã mosingukare 'ema kunumĩakyrã momoyita jay rupi tee tee. Osining nipo kunumĩa, a'eramũ futat imomewaw kunumĩa kyrã yupe a'eramũ futat kunumĩ ya imojemi ua a'eramũ futat kunumĩ jara omaenunã kunumĩ are. Temi uramã mongotyramũ oje upe, ojeuware omajãmũ.

Okopypiarare taatu omaenunã oje upe. Ae pytunã nanenũ aju'jawe etee futat omaenuna wemi'uramã oje upe. A'eramũ ae nokoi ty'ara upe.

Nanenũ aju jawe oporowyky ma'eramũ omaenuna nanuara oporowykyare jare pytuna upe. Nanenũ namuangare oporowyky ma'eramũ etee ruĩ nanuara morowyky rerawaw ojoupe, aju'jawe etee futat mama'ea paw. Aju'jawe etee morowyky apaw. A'eramũ morowykya a'jetete ewi wopo ramũ janee.

Wyriaramũ oje'enga ete mama'eare opytuna upe. A'eramũ mama'ea a'jete wopo ramũ ae upe.



Cuidados com a alimentação das crianças

Precisamos ter muito cuidado com as crianças, fazer sempre o trabalho de pesar as crianças todo mês.

Nós, agentes indígenas de saúde, se identificarmos alguma criança desnutrida, temos que informar a mãe para cuidar da criança, para ela oferecer uma boa alimentação para a criança desnutrida.

A comunidade precisa cuidar bem dos produtos da roça para o consumo de suas famílias, assim as pessoas vão ter alimentos suficientes.

Os agentes de saúde não podem trabalhar sozinhos. Precisam fazer o trabalho em equipe, com a comunidade, com os agentes de saneamento e de saúde bucal, com os professores e as lideranças. Assim o trabalho vai funcionar bem e a saúde das crianças vai melhorar.



Kupeirup: Temi'u resaukaaret

| Awatare Kaiabi

Ymã a'e nitywi temi'ua raka'e: awasi, mani'ok, munuwi, kumana, yky'yj, ka'ra, jetyk, namu'a, mani'akap, amyneju, y'a te janyrũ jaw.

A'eramũ ae okow ty'ara upe rakue ojemi'uare'emã. Ka'ape wara etee 'ywa waw akaw: inata, tukumã, myrystiy'wa, 'ywaete, ka'au'ywa, pookowa'a te eit jaw. 'Ywa ae ojemogyawi pe etee a'e 'ngã akaw ojemo'wya rakue, inatatywa kaapia, te, tukumãny jaw.

Ae pype 'ngã akaw ojemo'wya inata apina 'ngã itymã tukumapina retee oje upe, a'eramũ futat 'ngã koa.

A'eramũ futat 'ngã akaw kwara mu'aa, poje kujãã amũ, majawera, Kupeiruwa ã ojemoaẽmã wa'yra ngã nee. Ngã wataw eirare ka'ape oje upe, a'ere nitywu'jawi ngã nupe, 'ywa nanenũ ayete wekaramũ 'ngã nupe. Itymĩpyra 'ywaa nuara nuwa'nei, naara'nei 'ngã nupe jaw.

A'eramũ Kupeiruwa ã ojemuaẽmã wa'yra 'ngã nee, ty'ara upe 'ngã neko ramũ. A'eramũ futare re ã ojemu'jaw mama'eare imojeupa ngã nupe. A'eramũ futat ãã oporongytaw wa'yra 'ngã nupe.

- Kunumĩĩ je'arasing je tekow penee nepe ekoaru'jawi te'ã 'ywa, eit jaw. 'Ywa ra'yjã itymipyrrera nuaranuwa'nei penupe, waramũ jaw. A'eramũ je 'awamũ peporowyky, pekopit jaw penupe. Koa peapo amũ tuwuu, iaporetyka jaw je penupe. Ikajamũ je rerawaw kopyteripe jerapyaw. A'eramũ futat je tekaita. A'eramũ futat je temi'uramã magwapa penupe.



A'eramũ futat re ẽ ra'yra 'ngã u'arasĩngãmũ oy ẽ je'ẽngã renupa a'eramũ futat 'ngã imome'waw kaa, oy ẽ je'ẽngã renupa a'eramũ futat ngã imome'waw kaa oy ẽ upe:

- Ma'eramũ ore nanuara mama'e apaw ene ree, ene rerekow tywet, ore ya te'ã ene, a'eramũ ore ene rerekow etee, a'eramũ ore nanuara iapawe'em. A'eramũ futat 'ngã y ẽ jaw'japa 'ngã nupe nũ:

- Nepe apoi nipo nanuara je ree a'eramũ nitywi futari temi'uramã pe nupe. Arue sak futat ore temi'uramã numĩamũ, a'ere ore naruapyi ene, kasi niawyri ore upe'jaw etee 'ngã oy ẽ upe.

A'ere 'ngã y ẽ jaw japa 'ngã nupe:

- Jera'yt pejemuaem futat je ree numĩamũ, a'ere nepejemoa emĩ, a'eramũ peẽ jerapyaw. Ajewyt je tejua nũ.

A'eramũ peẽ je resaka nũ. Peapy nipo koa, a'eramũ peẽ peje jorywamũ, mama'ea te'ã je oopo pe nupe.

A'eramũ 'ngã, a'eramũ ere ajee siapo jaw ngã oy ẽ upe, a'eraũ mianũ u'arasinga pype. A'eramũ futat 'ngã okopia, a'ere 'ngã iaporetyka. Koa iaporety pawire 'ngã imomewaw oy ẽ upe. A'eramũ futat 'ngã y ẽ imomewaw'japa 'ngã nupe nũ:

- Kunumĩ, owaem ko apyawa upe, a'eramũ peẽ jera pyaw. A'eramũ peẽ peje'arasinge 'emamũ, ojewyt je tejua pe nupe nũ, 'jaw eẽ 'ngã nupe. A'eramũ nipo je tewaw te'yjã koeme 'ywipe miaruu ramũ tejemu'jãngã. A'eramũ peẽ jesi'a, apaw jeree jaw eẽ ngã nupe. A'eramũ futat peẽ jepyyka jesi'a pyw jaw eẽ 'ngã nupe. Najemu emukari te ajee pe je epe, kasi je nojewyru jawi tejua pe nupe ne 'jaw eẽ 'ngã nupe. Peapy nipo koa,



a'eramũ peẽ peje afukaita je rapyaw. A'eramũ je enupa a'eramũ futat temi'uramã monow kope.

Koa pyre peẽ pejewaw muku ko awi 'jaw eẽ 'ngã nupe. A'eramũ peẽ pejejupawa resaka 'ywatywa, a'e pype pejewaw pejejupa, jaw eẽ ngã nupe.

A'eramũ a'ere pemomoronupara nipo pi'wa akwapa pẽ 'arimũ aje peja etee ra'ne, a'eramũ futat peẽ ikwaapa opopo raipo jane remi'ua rai'i 'jaw peẽ. A'eawi muku jã pi'wa akwapa pẽ 'arimu nũ. A'eramũ futat peẽ, ipotyrajã ipo awasia 'jaw peẽ, jaw eẽ 'ngã nupe. A'eramũ a'ere oporomuku ramũ a'eramũ futat ajepeja akwapa pẽ arimu nũ. A'eramũ te mytuna pi'wa kwawi pẽ 'arimũ.

A'eramũ te peo esaka a'eramũ futat temi'uramã otyaramũ upa pe nupe. A'eramũ futat peẽ pejekaw jape'emã ty'ara upe, kwai te'ã temi'u popori.

Eẽ nanenũ 'ngã mu'jaw temi'ua i'ware, nan ki peapo 'jaw 'ngã nupe:

- Opopot nipo temi'uramã kope, a'eramũ kasi pe'u ekoete ne jaw eẽ ngã nupe. Awasia ki pemojyp, te iupia japepo pype i'waw 'jaw. Pe'u kasi ipyra ne nae s'ingarũ ipyra a'u ramũ.

Mani'oga peẽ etyka 'ype a'eramũ futat opywamũ. A'eramũ futat, ipiroka imonow kwaray pe, a'eramũ osĩnĩngã.

A'ere peẽ imo'jow yngu'a pype a'eramũ futat oku'i ramũ.

A'ere peẽ imakwapa yrupemã pyw.

A'eramũ pẽẽ a'ere ipykuita jaa mewa pype u'i ramũ iapaw.

Mani'oko'o ramũ nanenũ iapaw, te kanape ramũ iapaw munuwi monow ipype 'jaw, u'i te mani'oko'oa nipo peopo, a'eramũ pẽẽ i'waw wyra re te ipirare jaw.



Mani'akawa pëë ikykytyka, a'ere ityamiamũ a'ere iupia japepo pype imojypa katukatu tamejë futat, awasi ku'i monow ipype, ijiwire imua imojypa, a'eramũ futat imoro yawu i'waw.

Kumana pëë iupia i'waw te ipirapype mutawamũ iapaw i'waw yky'yjã monow ipype. Yky'yjã futat mama'e mokasingawa: ipira re i'waw te wyra re'jaw.

Ka'ra peë iupia te eya i'waw, kawĩ ramũ iapaw jaw. Tojoowa pëë iapaw mutawamũ, ipira pype imonow te wyra pype'jaw.

Jetyga pëë iapaw kawĩ ramũ te eya, iupia'jaw.

'Y'aa pëë imowowora, a'ere erawaw 'ype.

A'eramũ futat iapyto'omã oto'omã jui a'ere erua enũ'jamũ 'yawi, a'eramũ futat imongotyramũ. A'eramũ futat era jemi'uaawa, kawĩ pypiat'jaw.

Janyruã pëë imamuka jany ryrũ, tukumã jany te inatpin jany 'jaw, ijãngã ipype.

Amynejua kujãmera ipawana, a'ere iapaw taityrete ramũ, oseawamũ iapaw.

A'eramũ temi'uramã otywamũ penupe, nepekow 'jawi ty'ara upe. Temi'uramã. Pena'yra upe te pena 'yra juapyra upe jaw. Awamũ nepe'u jawi 'ywa ka'ape wara.

Nanipoa'e Kupeiruwa ẽ wa'yra 'ngã mu'ei temi'uaare rakue, nanenũ eë ngã mu'jaw temi'ua imongy katuare, imotepape'emã 'erekow, oje upe. Kwara a'rauwe okopia a'eramũ futat temi'uramã tymã nũ. Temi'uramã tyarunamũ, temi'uramã mongotyramũ imotepawu 'jape 'emã jaw eë ngã nupe:

- Pemotee pawukat kasi temi'uramã ne jaw eë 'ngã nupe. Nepemotepa wukari nipo, a'eramũ janepytuna esagi 'jaw eë 'ngã nupe.



A'eramũ futat eẽ imome'waw 'japa 'ngã nupe 'ngã nerekow, temi'ua kope warare. Poje eẽ imomewaupap 'ngã nupe. A'eramũ futat eẽ jaw:

- Owaem ko apyawa upe, pe'je jererawaw ko pyteripe, taityrete murerawaw je upe je'apawamũ jaw eẽ ngã nupe.

A'eramũ futat 'ngã taity rerawaw isamũ ko pyteripe eẽ upe. A'eramũ futat 'ngã eẽ rerawaw ejaa ko pyteripe. A'eramũ futat eẽ pe'je ko rapyaw'jaw 'ngã nupe. A'eramũ futat 'ngã ko rapyaw eẽ rerimũ eẽ renũina, wafukaita:

- Orokoapy ore enee waip Kupeiruwa ko o o o o!!! A'eramũ futat eẽ wa'yra 'ngã fukaja renupa.

A'eramũ eẽ temi'uramã monow ko pype ko monygire ngã upa tata resaka, a'eramũ futat temi'ua opoka, tupã 'jawe ko pyteripe. A'eramũ iunũnga awaw ujana 'ngã nui.

A'eramũ futat 'ngã wupawa rekaa 'ywytywa oje upe.

A'eramũ futat 'ngã upa wapyakaw oy ẽ je'engã werare.

Oporomuku ramũ, poje pi'wa akwapa 'ngã 'arimũ, ajepeja etee rane.

A'eramũ futat 'ngã aku'i ramũ:

- Opopo raipo temi'uramã rai'i jaw 'ngã ojo upe. A'eawi oporomu ku'i ramũ nũ. A'eramũ futat mukujã pi'wa akwapa 'ngã 'arimũ nũ:

- Otyarũ ja'wy ja'wy aipo jane remĩ'ua jaw 'ngã, ipotyrajai awasia 'jaw ngã, kumana aipo woperamũ jaw 'ngã 'upa oporongytaw ojo upe.

Ajepeja etee jaya 'upa, a'eramũ futat mytuna pi'wa akwapa 'ngã 'arimũ. A'eramũ futat ngã ua ko resaka. 'Ua 'ngã owa'ema ko upe, a'eramũ futat 'ngã temi'u resaka:



- Janeya mama'ea otym janee arai'i! 'Jaw 'ngã. A'eramũ futat jane jareya etee ekaa 'awamũ 'jaw 'ngã ojo upe oporongytaw.

A'eramũ futat 'ngã awaw oy rekaa ko ywuri, ekoa 'ngã ywykwara pype ũina miaruu ramũ 'ngã nupe. A'eramũ 'ngã jesi'a paw ipyykawamũ numĩamũ. A'ere maramu, jangara etee iwaemĩ 'ngã nupe. Ymã nitywi wyra pytuna rakue, a'eramũ Maramu'jangara akow mama'e mujanga, wyra momytunã.

A'eramũ futat ngã jesi'a iapaw 'upa oy pyykawa. Jesi'a popawire 'ngã imanaw imyjã ywykware, a'e pype Maramu'jangara'ua oje'engã 'ngã nupe.

- Mae'ja te peapo?

- Oroya ore oropyyk 'jaw 'ngã jupe.

- Je tapyyk penupe 'jaw, 'ngã nupe.

- Nanĩ ore futat oropyyk oro ya jaw 'etee 'ngã jupe.

A'eramũ futat awaw 'ngã nui a'ere nooi futari, ojemim te 'ngã nui a'eramũ futat 'ngã jesi'a monow imyinã ywy kwarare, imafwaw 'ngã jupe ewitukaty. A'e pype Maramu'jangara je'engĩ 'ngã nupe nũ, a'eramũ 'ngã mopiryita jui:

Mae'ja te peapo 'jaw 'ngã nupe. A'eramũ futat 'ngã y muemukaa 'ngã nupe oje'enga 'awaw miaruu ramũ:

- We, we, we, we.

A'eramũ futat Maramu'jangara imu'janga miaruru ramũ.

A'eramũ futat Maramu'jangara 'jaw:

- Miaruu 'nga koferare wemiarũ ramũ kire te koeme'ywi pe nga uina, awasia nga i'waw.



A'eramũ miaruu nga wemiarũ ramũ koferare, awasia nga iuweita ete ko pewara. Ymã ae miaruua na'ui rakue, a'eramũ ae ymana etee i'waw rakue.

A'ere ae awamũ i'ui etee miaruu nga. Ae rapy miaruu nga ae singlarue'em. Ukai ma'e nga te'ã.

Oy muemukarire ngã ua ojewya ko pe. A'eramũ futat 'ngã awasi reya i'waw 'upa.

A'ere ngã nuesaokari opytuna upe. Jemĩmẽ etee futat ngã oko pypiara waw erekow 'jaw. Poje 'ngã pytunã ikwaap, a'eramũ futat i'waw 'ngã pyri.

Emireko ma'e nga futat, poje nga awaw akow okope awasi reya i'waw, a'e pype Maramu'jangara ua owaemã 'ngã nupe:

- Awasia te pe'u pejejupa 'jaw 'ngã nupe.

- Oroy remitymera ore ara'u arajupa'jaw ngã jupe. A'ere ngã namonoi amũ jupe.

A'eramũ futat Maramu'jangara awaw ngã nui mukuu'i. A'eramũ futat 'ua ojewya ngã nupe jemime, a'eramũ futat ngã mopiryita:

- Awasia te pe'u pejejupa, piiryi! A'eramũ futat ngã mu'jangã ka'i ramũ.

A'eramũ 'jaw ngã nupe, ngã mu'jangire.

A'eramũ futat awaw ngã nui. A'eramũ ngã oy remitymera.

Mama'e 'wawe'em futat. A'eramũ ngã pytunera etee futat ngã nemi'u'waw.

Nanipoa'e temi'u pori raka'e aepirawi tee, waĩwĩawi awaw kopypiarunga.

- Ajã awasi ramũ ojemũ'janga;

- l'ap awaw awasi'awamũ te amyneju ramũ'jaw;

- lfwã awaw munuwi ramũ;



- Ikupya, ojemujanga maniogamũ;
- Ipoa, awaw mani'ywa rowamũ;
- Iakangã kanafũ ramũ;
- Iapyto'omã ojemujãngã ka'ra ramũ;
- Ifwã nanenu awaw

yky'y jãmũ;

- Enangupya mani'akawamũ;
- Ikamya mani'akawa

ry ramũ;

- Ipya namu'a ramũ te
towauu ramũ jaw;

- Ikumera kumana ramũ;
- Itakwarapiawa, jetygamũ,
ipya, ka'rapy ramũ.

Nanipoa'e Kupeiruwa
ẽ temi'uramã, kopypiara
resaukari jane upe raka'e.
Angamũ jane temi'u rerekaw,
jareje upe.



Awatare Kaiabi



A origem dos alimentos

Tradução: Aramut, Arasi, Aruta, Kwariup, Pirapy, Tafarejup,
Tamakari, Wyra'wat e Yefuka Kaiabi

Antigamente não existiam alimentos como o milho, a mandioca, o amendoim, feijão fava, pimenta, batata, inhame, mangarito, mandioca doce, algodão, cabaça e janyrũ, que é um tipo de cabaça que serve para guardar óleo de tucum. O povo Kawaiwete (Kaiabi) passou muitos anos sem ter estes alimentos, as pessoas viviam passando fome, só comiam frutas silvestres como inajá, tucum, buriti, castanha, cacau, fruta da banana brava e mel.

Os Kaiabi antigos que viviam nesta época moravam somente onde tinha bastante frutas. Eles limpavam o inajazal e o tucunzal e nestes lugares eles moravam, plantando inajá e tucum, essa era a roça deles.

Muitos anos se passaram até que uma mulher viúva, chamada Kupeirup, se preocupou com seus filhos. Eles saíam pelo mato para procurar mel e frutas, mas não achavam nada, estava difícil de encontrar, porque as frutas que eles haviam plantado não cresceram rápido. Por isso eles não tinham mais frutas para se alimentar naquela região.

Kupeirup falou para seus filhos:

- Meninos, estou muito triste por causa de vocês, porque vocês não estão mais encontrando frutas e mel. As frutas que vocês plantaram não vão crescer logo, vão demorar para frutificar. Por isso, peço para vocês trabalharem, abrirem uma roça grande e derrubar. Quando for queimar, me



levem até o meio da roça e me queimem. Quando o meu corpo queimar, vão nascer vários produtos da roça para vocês.

Os filhos ficaram tristes com o que a mãe lhes falou, eles perguntaram para a mãe se realmente isso iria acontecer:

- Por que vamos fazer isso com você, maltratar você? Você é a nossa mãe. Nós só queremos cuidar bem de você. Nós não vamos fazer isso com você.

A mãe deles repetiu novamente:

- Se vocês não fizerem isso comigo, nunca terão alimentos para vocês.

Eles responderam:

- Nós sentimos falta de alimentos, mas não podemos queimar você. Isso não será bom para nós.

A mãe falou de novo:

- Meus filhos, eu sei que vocês se preocupam comigo, mas não precisam se preocupar. Peço para vocês me queimarem, mas eu voltarei para vocês novamente.

Os filhos disseram:

- Vamos fazer isso então, mãe, mas esta decisão foi tomada com tristeza.

Eles fizeram uma roça grande. Primeiro roçaram, depois derrubaram. Depois de terem derrubado a roça, contaram para a mãe. Ela falou novamente com eles:

- Meninos, chegou a hora de queimar a roça, aí vocês vão me queimar. Não fiquem tristes por minha causa, eu voltarei para vocês. Eu vou me transformar em paca e vou ficar na beira da roça, então vocês devem fazer uma armadilha. Assim vocês podem me pegar com a armadilha. Só não me



deixem escapar, se vocês me deixarem escapar, eu não voltarei mais para vocês. Quando vocês queimarem a roça, vocês gritem para me queimar. Quando eu ouvir o grito de vocês, vou mandar as sementes para a roça. Depois que vocês queimarem a roça, devem ir embora para longe, escolher um outro lugar para morar e plantar frutas para vocês consumirem.

Assim ela orientou os filhos. Ela continuou explicando o que eles deveriam fazer:

- O tempo vai passar e vocês vão ver uma curica (ou maritaca) passar por cima de vocês. Este será o primeiro aviso para vocês, quer dizer que a comida já está crescendo. Depois vão passar duas curicas por cima de vocês, avisando que alguns produtos da roça, como o milho, já estarão florescendo. Vai passar mais um tempo e novamente vão passar muitas curicas por cima de vocês. Este é o sinal de que os produtos da roça já estarão prontos para vocês. Então a partir deste dia vocês não vão mais passar fome, porque vão nascer muitos tipos diferentes de produtos da roça.

Kupeirup também ensinou aos filhos como preparar e comer cada tipo de alimento, como cuidar das sementes e mudas. Ela explicou:

- Quando os produtos da roça nascerem, vocês não podem comer de qualquer jeito: o milho vocês podem assar e cozinhar na panela para comer, não pode comer cru porque pode fazer mal. A mandioca vocês devem arrancar, deixar na água para amolecer, depois vocês descascam, deixam no sol para secar, soquem no pilão, passem na peneira e depois vocês podem torrar no tacho, vai virar farinha. Vocês podem também fazer como beiju ou fazer kanape, que é um bolo especial misturado com amendoim.



A farinha e o beiju vocês podem comer com carne de bichos e com peixes. A mandioca doce vocês devem ralar e espremer, depois cozinhar bem na panela, podem colocar pó de milho dentro, quando ficar cozido, tirar do fogo, esfriar e tomar. A fava vocês devem cozinhar junto com peixe, para fazer pirão. Podem colocar pimenta dentro. A pimenta serve para temperar a comida, comemos com peixe e carne também. O cará vocês devem cozinhar, assar e também podem fazer mingau. Pode ser usado também para fazer um pirão junto com peixes e carne de animais. A batata vocês podem comer assada, cozida e também podem fazer mingau. A cabaça vocês devem tirar assim que estiver pronta, vocês precisam partir ao meio, levar ao rio deixando dentro da água por algum tempo. Quando levar para casa, vocês devem ir arrumando a beira da cuia. Depois de todo esse processo, devem deixar no sol para secar. Daí pra frente, a cuia já pode ser usada para colocar pirão e para tomar mingau com ela. A cabaça janarũ vocês vão cortar um pouco somente em cima, para preparar para guardar óleo de tucum e óleo de castanha de inajá. Esta cabaça serve para guardar estes óleos. O algodão as mulheres podem fiar e depois fazer rede para dormir. Assim vocês vão ter alimentos para vocês não passarem mais fome, esses alimentos vão garantir a sobrevivência de seus filhos e netos. A partir deste dia vocês não vão mais depender somente das frutas do mato.

Com estas palavras, a senhora Kupeirup conscientizou seus filhos sobre o preparo dos alimentos e também os ensinou a conservar as sementes e mudas, não deixando elas acabarem, mantendo os produtos da roça, para que quando eles roçassem e chegasse a época de plantio, as sementes



estivessem bem conservadas. Também orientou os filhos para cuidarem bem dos produtos da roça, para não deixar esses produtos acabarem ou desaparecerem. Ela continuou:

- Se vocês cuidarem bem dos produtos, as gerações que virão depois de vocês vão conhecer e cultivar esses produtos.

Ela deu várias vezes explicações para os filhos. Depois que terminou de orientá-los, ela disse:

- Chegou a época de queimar a roça, agora vocês já podem levar a minha rede e pendurar no meio da roça, eu vou ficar deitada lá.

Eles levaram a rede da mãe e armaram no meio da roça. Depois de deitar na rede, ela pediu para os filhos colocarem fogo. Ao queimar a roça eles gritaram e chamaram o nome da mãe, dizendo:

- Estamos queimando a roça para você, senhora Kupeirup Kooooo!!!

Assim que ela ouviu o grito dos filhos, ela mandou as sementes para todos os cantos da roça.

Os rapazes ficaram na beira da roça olhando o fogo, quando o fogo se aproximou da senhora Kupeirup eles ouviram uma explosão, que eram os alimentos se espalhando, como se fosse uma trovoadas bem no meio da roça.

Quando o barulho diminuiu, eles foram se afastando da roça, rumo ao acampamento onde a mãe pediu para eles ficarem. Era um lugar que tinha muita fartura de frutas da mata. Eles ficaram lá, esperando o tempo passar, seguindo a orientação da mãe.

O tempo foi passando, até que uma maritaca apareceu voando em cima deles. Então eles começaram a ficar alegres, porque sabiam que os



alimentos já estavam nascendo. Depois de algum tempo, passaram duas maritacas voando em cima deles, de novo. Eles disseram:

- Nossos alimentos já estão quase prontos, o milho já deve estar florescendo e o feijão fava já deve ter vagem.

Assim eles ficavam conversando sobre a roça. Após passar um mês, vieram muitas maritacas voando em cima deles. Então eles foram ver a roça. Quando chegaram, viram todos os alimentos e falaram:

- Nossa mãe plantou os produtos da roça para nós! Agora nós podemos procurar a nossa mãe.

Eles começaram a procurar a mãe deles em volta da roça e a encontraram dentro de um buraco na terra, transformada em paca. Então eles começaram a preparar uma armadilha para pegá-la. Depois de pronta, eles colocaram a armadilha no buraco para pegar a mãe. Mas foi então que, de repente, apareceu o Maramu'jangat, o Transformador. Naquele tempo de antigamente não existiam os vários tipos de bichos, era o Transformador que ia transformando pessoas em animais, para os bichos aumentarem.

O Transformador perguntou para os rapazes:

- O que vocês estão fazendo?

- Nós vamos pegar a nossa mãe.

- Deixe que eu pego para vocês - disse o Transformador.

- Não, deixe que nós mesmos vamos pegar a nossa mãe.

O Maramu'jangat fingiu que foi embora, mas na verdade ficou escondido.

Quando eles prepararam a armadilha e começaram a tentar tocar a paca para cair nela, o Transformador apareceu de novo falando e os assustou:



- O que vocês estão fazendo?

Foi assim que eles acabaram deixando a mãe escapar e ela saiu correndo, gritando igual paca:

- We, we, we, we.

O Maramu'jangat acabou transformando a senhora Kupeirup em paca. Ele falou para os rapazes:

- A paca sempre vai gostar de ficar na beirada da roça e sempre vai gostar muito de comer milho.

É por isso que até hoje a paca gosta de ficar na roça velha e de comer milho da roça. Antigamente os rapazes e moças não comiam paca, somente as pessoas mais velhas comiam, mas hoje em dia os jovens comem paca. Porém a paca pode provocar uma queimadura nas pernas das pessoas, porque ela foi queimada na roça.

Depois que os rapazes deixaram a mãe escapar, voltaram para o meio da roça, para assar e comer milho. Porém, eles comiam escondidos os produtos da roça, eles não contavam para os parentes que tinham estes produtos. Com o tempo as pessoas foram descobrindo e começaram a buscar os produtos da roça para se alimentar.

Quando passaram vários dias depois que a Kupeirup foi transformada em paca, eles foram à roça para assar e comer milho. Eles estavam comendo milho assado quando o Maramu'jangat, o Transformador chegou. Ele falou para os rapazes:

- Vocês estão comendo milho?



- Sim, eles responderam. Nós estamos comendo o milho que a nossa mãe deixou para nós.

Eles não ofereceram milho para o Maramu'jangat, por isso ele foi embora. Mas na verdade ele se escondeu novamente, ele não gostou que os rapazes não ofereceram a comida para ele. Ele voltou de repente e assustou os rapazes, transformando-os em macacos. Depois de transformá-los em macacos, o Maramu'jangat foi embora. Por isso eles não aproveitaram os produtos que a mãe deixou para eles, só as outras pessoas que aproveitaram os produtos da roça deles.

Foi assim, através da senhora Kupeirup que surgiram os produtos da roça: O dente se transformou em espiga de milho.

O cabelo da Kupeirup virou cabelo do milho e também algodão.

- Os dedos se transformaram em amendoim e em pimenta.

- As pernas em mandioca.

- As mãos se transformaram em folhas de mandioca.

- A cabeça se transformou em cabaça.

- O miolo se transformou em cará.

- A coxa se transformou em mandioca doce.

- O leite se transformou em água da mandioca doce.

- O pé virou mangarito.

- A língua se transformou em feijão fava.

- O coração se transformou em batata e o pé em cará.

Assim a dona Kupeirup fez os alimentos para o povo antigo e mostrou os produtos da roça que existem até hoje.



História da origem dos alimentos do povo Kaiabi.

| Aruta Kaiabi

A história começou assim, existia um rapaz chamado Tawariu'jup que era um grande pajé, ensinado pelo seu avô Tariawat'rajup que também era poderoso. Hoje Tawariu'jup é conhecido com o nome de Tuiararé, Deus do povo Kaiabi. Ele era um pajé muito poderoso, que curava mesmo as pessoas que precisavam dele. Mas tinha um homem chamado Majawut que vinha sempre lhe ofendendo, chamando Tuiararé de pajé mentiroso, falso, dizendo assim:

- Esse rapaz está inventando, fingindo que é um pajé poderoso, mas não é. Ele está mentindo, ele faz isso só para as pessoas darem coisas para ele. Por isso que ele fica fazendo o papel de pajé - assim dizia esse homem sobre Tuiararé.

Esse homem que estava provocando a vida do Tuiararé era o cunhado da senhora Kupeirup. O tempo foi passando e o homem continuou falando mal de Tuiararé, desacreditando o seu poder, até que chegou um momento que Tuiararé não agüentou mais a fala de Majawut, então Tuiararé pensou:

- O que será que esse homem tem comigo? - ao mesmo tempo em que Tuiararé pensava sobre o motivo da difamação causada por Majawut, o seu espírito também ficava muito bravo.



Então Tuiararé fez uma reunião com a comunidade da sua aldeia, mas esse homem não compareceu na reunião que Tuiararé realizou com a participação da comunidade toda. O homem disse:

- Eu hein? Participar dessa reunião do homem mentiroso. O que esse mentiroso vai dizer para a comunidade?

Então Tuiararé disse para toda a comunidade que estava presente na reunião:

- Atenção mulheres, homens, moças e rapazes, eu chamei vocês aqui para ouvir o que eu vou dizer. Olhem, eu estou cansado de ouvir a fala daquele homem que sempre está me chamando de mentiroso, de pajé falso. Quero que vocês me façam o favor de fazer vários tipos de alimentos que o meu espírito vai comer, eu vou mandá-lo buscar esses alimentos aqui na terra. Amanhã quero que todo mundo apareça com esses alimentos. Eu vou ficar sentado em cima do meu banco, em frente à minha casa, esperando.

Então, no dia seguinte, todos trouxeram a comida que prepararam para Tuiararé oferecer ao seu espírito, tentando amansar seu espírito, mas não adiantou nada. Quando deu tudo certo, Tuiararé começou a chamar seu espírito para vir comer os alimentos que foram feitos pelas pessoas que ele tinha pedido para preparar. Tuiararé estava fumando seu cigarro, quando Tuiararé chamou o seu espírito três vezes, deu uma trovoada bem forte que assustou todos os moradores. Mas o homem que falava mal de Tuiararé não estava nem aí, e disse:

- Este homem está mentindo cada vez mais, para o povo acreditar nele, que homem mentiroso!



E Tuiararé só falando com seu espírito para vir logo comer os alimentos. Quando deu três vezes trovoadas, o Mait começou a descer do céu para a terra, para comer os alimentos, então, nesse momento, Tuiararé disse para toda a comunidade que haveria uma enchente do rio. Explicou que essa enchente iria acabar com todo mundo e não sobraria ninguém na terra. Logo depois que ele acabou de falar, começou a aparecer uma nuvem cobrindo o sol, isso foi na parte da manhã, às 10 horas. O Tuiararé disse para Majawut:

- Agora chegou a hora, seu maldito, desobediente! Quero ver você dando conta disso, seu falastrão. Quero ver você escapando desse rio que vai cobrir toda a Terra!

Nesse momento, a senhora Kupeirup já ficou ciente disso, porque ela também era uma pajé muito poderosa. Então, Tuiararé ficou falando com a Kupeirup só de longe, dizendo:

- Ouça, neta Kupeirup, quero que fique esperta para escapar com seus filhos, não deixe a água levar seus filhos. Na hora que a água chegar a cobrir a aldeia, saia com seus filhos e seu marido. Vocês devem sair escondidos, sem ninguém ver, saiam correndo, segurando a mão dos seus filhos e peça para seu marido ficar esperto, segurando sempre a mão dos seus filhos.

E a chuva continuou chovendo bem forte. Quando era noite, mais ou menos 20h00, a água começou a cobrir a aldeia. A senhora Kupeirup, esperta, saiu com seus filhos e marido. Saíram escondidos, sem ninguém perceber, e a água cobriu a aldeia, afogando o povo. A senhora Kupeirup foi com sua família no rumo da montanha bem alta, onde a água não podia passar. Quando estavam chegando à montanha, o marido da Kupeirup



soltou a mão do seu filho, que foi carregado pela correnteza. Ela, o marido e os outros filhos choraram.

Depois de uma semana a água veio subindo, cobrindo toda mata. A senhora Kupeirup e seus filhos ficaram vendo os animais mortos passando e os seres humanos... O tempo foi passando e 40 dias depois a água foi abaixando, ela foi descendo. Depois que a água voltou ao normal, ela desceu da montanha e foi no rumo de sua aldeia, no lugar em que ela morava. Chegando ao local da aldeia, ela viu somente os ossos do seu povo. Ela e os filhos ficaram tristes, choraram. Ela disse para seu filho:

- Olhe, isso aqui foi tudo culpa do tio de vocês, que deixou o nosso povo todo morrer.

Ela foi visitar a roça dela, mas infelizmente não sobrou nada dos produtos que foram plantados. A água matou tudo. Ela ficou com seus filhos sem ter alimentação suficiente. Essa aldeia ficava no local onde hoje é atualmente a cidade de São Paulo, aí que era aldeia do povo Kaiabi antigo. Mas como a senhora era muito poderosa, não se preocupou nada. Depois disso o Tuiararé nunca mais apareceu na terra.

A senhora Kupeirup começou a andar com seus filhos pela floresta toda à procura de alimentos, para manter a sobrevivência dos seus filhos. A senhora Kupeirup e os filhos ficaram comendo somente as frutas do mato, como tucum, inajá, buriti, api, palmito de palmeira... Ela ficou sofrendo com os dois filhos, só comendo frutas e outros alimentos que ela conhecia antes da água cobrir a aldeia e a Terra toda. E o tempo foi passando, quando a senhora Kupeirup pensou em sair com seus filhos de leste para oeste, à



procura de um lugar melhor para morar naquela terra. Ela passou por vários rios com os dois filhos, Towairua e seu irmão Kupemairua, os sobreviventes. Até que finalmente ela chegou a encontrar um lugar bom para morar. Nesse lugar ela ficou durante três anos morando com seus filhos. Naquele lugar somente se alimentavam das frutas, por isso ela se cansou de ver seus filhos sofrendo, comendo somente frutas. Os dois filhos dela já tinham se tornado homens. Com três anos morando naquele lugar, ela pediu para seus filhos fazerem uma roça grande, mas os filhos dela disseram:

- Pois é, mãe, nós não temos ferramentas para fazermos a roça, como nós roçaríamos e derrubaríamos?

Então sua mãe desistiu de pedir para os filhos fazerem uma roça. Depois de quatro anos, ela pediu de novo:

- Façam a roça, meu filhos.

- Mãe, por que você pede para nós roçarmos, e o que nós íamos plantar nessa roça, se nós não temos as sementes para nós produzirmos?

E então, a mãe deles disse:

- Meus filhos, eu estou com as sementes aqui dentro do meu corpo, vocês vão ver o que tenho para produzir.

Os dois filhos pensaram:

- Será que a nossa mãe está falando sério? É muito triste ela dizer isso para nós dois.

E eles choraram e deixaram de fazer a roça. Quando completou cinco anos morando naquele lugar, a senhora Kupeirup disse para seus filhos novamente:



- Ouçam meus filhos, o que eu vou dizer para vocês, eu não estou aguentando mais o peso das sementes que eu carrego dentro de mim.

O filho mais velho da senhora disse para seu irmão:

- Aonde será que estão as sementes que a nossa mãe está falando que carrega dentro do corpo dela? Nós não estamos vendo nenhuma semente? É triste nossa mãe dizer isso para nós outra vez.

E eles choraram novamente. Então a senhora disse para seus filhos:

- Desta vez vocês não têm como negar para mim, vocês têm que fazer mesmo a roça agora, sem falta nenhuma.

Então os filhos dela disseram:

- Olha mãe, nós não temos material de roçar, como derrubaremos se não temos machado?

A senhora disse para seus filhos.

- Eu vou dar um jeito de arranjar machado para vocês fazerem uma roça bem grande, eu estou querendo ajudar vocês a ter alimentos, para poder resolver seu sofrimento, por isso eu estou insistindo desta vez para vocês fazerem a roça.

A senhora Kupeirup mesmo levou seus filhos para escolher o local da roça e ela mesma ajudou a roçar, quebrando as folhas como se fosse roçando com foice, levaram quatro dias de roçada e mais quatro dias de derrubada, usando um machado de pedra que sua mãe transformou. Terminaram de derrubar e deixaram a roça descansar por algum tempo, para as madeiras secarem bem para queimar com facilidade. Durante o período que a roça ia secando, esperaram a época da queimada. A senhora Kupeirup explicou



tudo sobre o que ia acontecer com ela e sobre os alimentos que eles iam consumir. Ela ensinou como preparar, como se come e a época certa de colheita de cada produto. Assim a senhora Kupeirup foi explicando para os dois filhos dela. Quando completou três meses, ela disse:

- Filhos, chegou a hora de vocês queimarem suas roças, quero que vocês dois vão cortar árvore de api e a árvore de fruta vermelha, para levantar bem no meio da roça para armar a minha rede nela.

Eles foram ao mato para cortar as madeiras que a mãe pediu a eles e trouxeram. Levantaram as árvores e voltaram para casa. Um deles disse para a mãe:

- Mãe, o que você pediu já está pronto.

E eles choraram muito. Antes que a mãe pedisse para eles levarem a rede dela, a senhora Kupeirup explicou novamente para seus filhos:

- Escutem bem, meus filhos, depois que vocês acabarem de me queimar vai nascer muitos tipos de alimentos como: milho, batata, cará, mangarito, inhame, mandioca doce, mandioca brava, amendoim, cabaça, pimenta, cará grande e algodão.

Ela explicou tudo sobre a preparação de vários produtos da roça, conscientizando os seus filhos antes de ela ser queimada. Depois de explicar tudo, ela pediu para seus filhos levarem a rede dela para armar bem no meio da roça. Terminaram de armar e levaram sua mãe para deitar na rede dela. Isso foi na parte da tarde, às 13 horas. Eles começaram a tocar fogo na roça e a mãe deles disse:



- Filhos, não se preocupem, eu vou sair do fogo pela fumaça e vou me transformar em uma paca, eu vou ficar dentro de um buraco esperando por vocês e cuidando da roça.

Quando o fogo se aproximou dela, a senhora explodiu, esparramando todas as sementes para cada canto da roça e os dois rapazes começaram a gritar assim:

- Epyere-rep Kupeiruwa Kooo!!! Epyere-rep Kupeiruwa Kooo!!!

Os dois irmãos choraram muito. A roça foi queimando toda e o fogo foi se acalmando, o irmão mais velho disse para seu irmão:

- Nós maltratamos a nossa mãe.

A roça queimou toda. Eles partiram daquele local e foram para um acampamento. A mãe deles avisou bem que a maritaca ia levar informação para eles, assim que os produtos estivessem todos prontos para comer. A mãe marcou três meses no barbante, para eles saberem os meses através das mudanças da lua. Assim eles partiram para longe da roça. Deu um mês e desamarraram um nó do barbante, ficou ainda mais dois nós. Deu dois meses e eles tiraram mais um nó, aí ficou mais um nó de barbante. Eles sempre ficavam com muita atenção, esperando a maritaca trazer a mensagem para eles que o alimento já estava pronto. Deu três meses e eles tiraram o último nó do barbante, então ficaram mais atentos para ouvir as mensageiras maritacas trazerem informação sobre os produtos. Na parte da manhã, às 9h00, um deles ouviu o canto das mensageiras chegando:

- Escute, meu irmão, ouvi as maritacas trazendo mensagem para nós que os produtos já estão prontos para nós comermos.



Os dois irmãos se abraçaram e choraram. Pararam de chorar e ficaram muito felizes de ouvir as maritacas trazendo a mensagem. Logo partiram no rumo da roça. Chegaram ao local e viram a roça cheia de produtos de vários tipos. Logo na chegada um deles experimentou o milho verde cru e disse:

- Que delícia de alimento que a nossa mãe deu para nós, irmão experimente isso aqui. Agora a primeira coisa é nós encontrarmos a nossa mãe.

Seguiram o rastro da mãe e encontraram o buraco da paca onde a senhora estava descansando e esperando seus filhos chegarem. Towairua disse para seu irmão Kupemairua:

- Aí está nossa querida mãe, tome cuidado, fique aqui tomando conta da nossa mãe, não faça nada de besteira, tá bom?

- Tá bom, irmão, pode deixar que eu cuido da nossa mãe aqui.

Então seu irmão mais velho foi quebrar pedaço de madeira velha para tampar o buraco e pegar sua mãe de volta para eles, mas só que seu irmão Kupemairua cutucou o buraco com a ponta da flecha para ouvir sua mãe se mexendo dentro do buraco, mas infelizmente a paca saiu de vez e correu. Towairua veio correndo dizendo assim para seu irmão:

- O quê que você fez? Eu disse para você não fazer nada e agora a gente perdeu a nossa mãe. O que fazemos agora para encontrar uma pessoa como a nossa mãe?

E os dois irmãos ficaram chorando e ficaram sem mãe e sem mulher para fazer comida para eles. Então eles mesmos se viraram para fazer seus alimentos para comer. Assim é a história de como surgiram os alimentos tradicionais do povo Kawaiwete, conhecido como Kaiabi.



Temi'u jeupawet

Muap Kaiabi

Ymã nipoa'e nitywi temi'ua rakue.

A'ere nipoa'e kujã majawera amurekoi rakue. Mukuĩ nipoa'e ãã ra'yra'ngã.

A'eramũ nipoa'e ãã jaw wa'yra 'ngã nupe.

Janea popo 'ywa 'ua, koa peapo amũ 'jaw nipoa'e ãã wa'yra upe. A'eraũ we nipoa'e 'ngã koa paw rakue, ngã akopipawire nipoa'e ãã 'jaw 'ngã nupe. Awaem nipo koapyawa upe a'eramũ ki jereroo pejepe jemyjã ko ywyteri pe. A'eramũ nipoa'e ãã ra'yra 'ngã jaw ãã upe, narua poa'uweri ore nanuara mama'e tywera ene ree.



Muap Kaiabi



- Najera pyi nipo pejepe a'eramũ namutat nitywi temi'ua janee, namutat jarekaw ty'ara upe.

Poje nipoa'e awoema koapyawa upe, a'eramũ futat nipoa'e ěě 'jaw wa'yra 'ngã nupe, awaem koapyawa upe pe'je jererawaw jemyjã jerejaa ko ywyteripe.

A'eramũ nipoa'e ěě ra'yra 'ngã u'arasingamũ ajaa'waw ěě ree rakue. A'eramũ futat nipoa'e ěě 'jaw wa'yra 'nga nupe, pe'arasingawi jeree, ojewyt wejemi je penupe nũ.

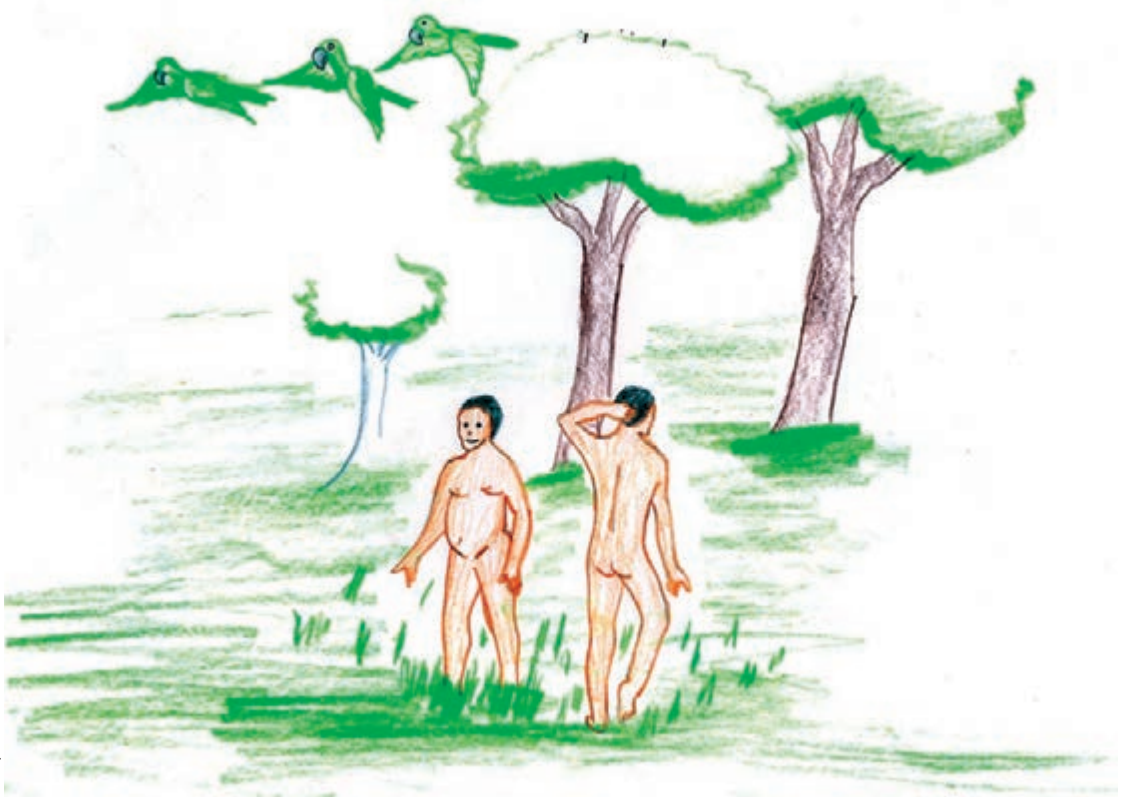
A'eramũ nipoa' ěě 'jaw 'ngã nupe, ko rapyre kasi peo ko pe ne 'jaw nipoa'e ěě 'ngã nupe rakue. Poje nipoa'e ngã ko rapyw. A'eramũ futat nipoa'e 'ngã wafukaita rakue.

Oro koapy ore ene upe Kupeiruwa koooooo. Oro koapy ore ene upe Kupeiruwa kôôooo.

A'eramũ nipoa'e ko ywyteripe mama'e amũ opoka Tupã 'jawe rakue. Wapye'emaũ we nipoa'e ěě 'jaw 'ngã nupe rakue peko kasine jererekoaweripe ne'jaw nipoa'e ěě 'ngã nupe, pejeji ki ajepeja amunawa iapaw pejeje upe. Pejejupa peu poje ajepeja ra'ne piwa akwapa pẽ arimũ. Pemamaranupa, awasi, potyra opopot jaw pe mamaranupa akwapa. Aparamuku'iramũ poje muapyra pĩwa akwapa pẽ arimũ a'eramũ futat peẽ peje waw ko resaka.



A'eramũ futat nipoa'e 'ngã ojejyita rakue. Poje nipoa'e ajepeja ra'ne pĩwa akwapa 'ngã arimũ, aparamuku'iramũ nipoa'e muapyra pĩwa akwapa 'ngã 'arimũ, a'eramũ futat 'ngã awaw ko resaka. Awaw nipoa'e 'ngã owaema kope, a'eramũ nipoa'e 'ngã temi'u tesirumera resaka kope rakue. Kope owaemire nipoa'e ngã wea'aramũ oyare, a'eramũ futat nipoa'e ngã awaw ěẽ rekaa ko ywryi rakue a'erãu. Nipoa'e 'ngã ěẽ rekoa ywykwara pype miaruu ramũ ujã 'ngã nupe.



Muap Kaiabi



A'eramũ futat nipoa'e 'ngã ẽẽ pyykawa apaw rakue. A'e pype nipoa'e Maramu'jangara ruri owaema ngã nupe.

Ma'ja te peopo pejejupa jaw nipoa'e ngã nupe. Oroya toropyyk 'jaw. Aru'e te ore.

- Je topyyk pe nupe jaw?

Nani ore tee futat toropyyk oroya 'jaw. A'eramũ futat nipoa'e Maramu'jangara awaw 'ngã nui. Oy pyy ja'wy jawyramũ nipoa'e Maramu'jangara ua ojewya oje enga 'ngã nupe. Maja te peopo pejejupa'jaw ngã nupe ngã mopiryita. A'eramũ futat 'ngã oy imuemukaa. A'eramũ futat angamũ miaruua oje upa.



Muap Kaiabi



Temi'u resaukaaret

| Awa Kaiabi

Ymã nipo'ae nitywi jane remi'ua rakue. Jane ypy'a nipoa'e ajemongy au ajemi'ua ka'a pypi arawi etee rakue: 'ywa, inata, paku'a ywepo wimera etee nipoa'e ae remi'ua ymã rakue.

A'ere amurekoi rakue wãïwi majawera rakue Kupeiruwa era, nane etee futat akaw rakue

wemi'u e'emamũ rakue, poje nipoa'e 'jaw wa'yra upe, pekopit nanãu jane rekoi ty'ara upe 'jaw nipoa'e wa'yra upe, a'erauwe nipoa'e ta'yra porowykyi rakue kouu apaw. Tepawire nipoa'e imamewaw oy upe. A'eramũ futat nipoa'e wa'yra rerekaw imongytaw. Awaw nipoa'e owa'ema koapyawa upe, a'eramũ futat nipoa'e 'jaw wa'yra upe, pe'je jere rawaw jeraitytusião ko wwyteripe jaw nipoa'e wa'yra upe. A'ere nipoa'e ta'yra nipore roweri ee, ma'eramũ ore ene rerawaw neraytysi'aũ nũ? Ara juka ore ene a'eramũ 'jaw etee nipoa'e 'ngã oy upe. A'ere nipoa'e pe'je jere rawaw futat 'jaw etee nipoa'e 'ngã nupe, wapy enune nipoa'e 'ngã mongytaw, ngã nererekaw. Poje nipoa'e 'ngã erawaw aitysião ko wwyteripe, a'ere nipoa'e ngã tata monyka kopype wafukaita nipoa'e 'ngã jupe.



Awa Kaiabi



- Oro koapy ore enee, Kuperiruwako - ó-ó-ó 'jaw nipoa'e 'ngã jupe, awaw nipoa'e tata owa'ema jupe a'eramũ futat nipoa'e opoka, kwepe nipoa'e ifua rakue, a'eramũ futat nipoa'e temi'uramã ipopori awaw ko moyka rakue oy apyre nipoa'e 'ngã awaw singaty akaw. A'eramũ nipoa'e Kupeiruwa awaw ujã koe me'ywiipe rakue.

Poje nipoa'e 'ngã yporongytawera, a'ea nipo oo pemamaranupa jawera nipoa'e awaw ngã arimũ piwa nipoa'e 'ngã mamaranupa rakue. A'eramũ futat nipoa'e 'ngã oi ko resaka rakue, kwai nipoa'e temi'ua ojeupa.

A'eramũ futat nipoa'e 'ngã oy reka rakue, ekoa nipoa'e 'ngã, sipyyk 'jaw 'ngã jupe. A'ere tea'e amure koi rakue nũ Maramu'jangat jawa rekoi rakue, a'ea nipoa'e ua owa'ema ngã nupe.

Majate peopo erekaw 'jaw nipoa'e 'ngã nupe.

- Nani ore yate uĩ agamũ a'eramũ toropyyk 'jaw ore jupe 'jaw nipoa'e ngã jupe. A'eramũ futat nipoa'e awaw 'ngã nui pew nipo awaw u'amã

'ngã nesaka. A'eramũ futat nipoa'e waiwa Kupeiruwa mujanga miaruu ramũ rakue.

Nan jane remi'u jējuwi, Kupeiruwa te temi'ua wesaukat janee.



Awa Kaiabi



Maran te janeremiua awamũ wara, jana erekow awamũ?

Iapoarera: Pirapy, Awatare, Matariowy
e Maiup Kaiabi

Awamũ janeremi'ua jejoro'gi werekoramũ kopypiara temi'uramã awasi, munuwi, kumana, ka'ra, namu'a, towau'u, tamarasing jaw. Nanenũ itymipyra mama'ea na ywyekoete pyperuĩ ijeuwi. A'eramũ kofera pype etee ojeupa, ywyunare. Nanenũ ae najue, jue eteruĩ temi'urerekoi ajujawe. A'eramũ erekwaramũ etee erekaw.

A'eramũ ae angamũ wemi'u i'wawe'em pawẽ ujẽ etee. Nanenũ ae amumeramũ okopia futat numiamũ a'ere ae notymi, temi'ua ajuja'we oje upe. A'eramũ amumeria etee itymã. Angamũ najeremiuije tekaw ikuĩ jawamũ. A'ere aete nojejukai wemiware oje upe. Awamũ katute ewi ae nokopiri amumeramũ ojeupe. Awamũ taatu ajee ã ae wuja'iawe ijemoiruĩ, a'eramũ ojeupe mama'e iapo kwape'ema.

A'eramũ ã ae jara mama'e ikwawire terejemoirũ jaw e'i ae upe a'ere ã awamuwara ae wuja ujara je'ega nuenuwi etee. Ujara amogytaramũ, ujara, nuenuwi etee, jete ã oko jaw etee ujara upe.

Awamũ nanenũ ae remi'ua ijopype pypei werekoromũ towajara ma'e tapyjã ma'e jaw. A'eramũ angamũ omojopyperamũ janeremi'u ifwakoroka.



Como é a nossa alimentação hoje, como podemos cuidar dela?

Atualmente os nossos alimentos da roça estão diminuindo, como os diferentes tipos de milho, amendoim, feijão fava, cará, inhame e outros. Os produtos que são plantados também não crescem em qualquer tipo de terra, somente na capoeira de terra preta. Não são todas as pessoas que têm produtos iguais, somente os produtores podem ter esses alimentos e cuidar deles.

As pessoas também roçam e não plantam seus produtos para ter alimentos próprios, somente algumas pessoas plantam. É isso que deixa a pessoa dizer “eu não tenho alimentos”, mas nós é que não sabemos cuidar dos nossos alimentos. Hoje em dia há pessoas que não fazem mais roça, os jovens se casam mais cedo e não sabem fazer as coisas. Nossos pais nos dizem que só podemos casar quando soubermos fazer tudo, mas a maioria dos jovens não escuta os pais, quando eles dão conselho, os filhos não ouvem e dizem “eu que mando em mim mesmo”.

Hoje em dia nossos alimentos se diversificaram com alimentos de outras etnias e também com os alimentos dos não-índios. Essa diversificação está enfraquecendo os nossos próprios produtos.



Ae jekwakupap, ojemi'ua esage, amaenuna kunumiã kyra re, a'ea ae wopo kujãã ra'yryrũ rauwe

| Aramut Kaiabi

Kuima'e kujã

Kujãã nipo ta'yt, a'eramũ we, ae jane kujã wa'yra kwakuwu kari ae upe.

Ae kuima'eramũ noapoi 'oga, nofari pinowa, nua poi u'ywa, nua wykyi araitya, nuetygi 'ywa, na mani'ogetygi, no pygi, nua tykai mama'ea, nua poi yrupema.

Kujãã na ne ae 'jawe etee nua poi mama'ea, na'ui mama'e tywera 'jaw.

No pypygi taitya, nu'ogi inimoa nua tykai mama'ea, naupiri mama'e poyja.

Angã temi'ua ae na'ui kujãã

ra'yryrũ ramũ: mama'gairowosĩng,

kaweit, ja'wakangũũ, tataeit,

kaninekũ, eiryakã, a'yapỹĩ, akyky

eiruu, topemong, tapeu'a, y'wauu,

miaruu, akusi, jakupemũũ,

jakupe'mĩ, jakupesing, kwasi,

karupam, ypek, taitetu, tapi'it,

ka'iuu, jani'auu, pirarat, amuta pep,

Matariovy Kaiabi





Tafut Kaiabi

pirãĩ, pia'wi piawuu, piaran,
ywy'jarañũũ, nujaau, pira
jakare, piraau, pira
inamu, akara sããfa, jakuna,
jeju, ju'i, jaju'i.

Angera mama'ea ae na'ui
kujãã ra'yryrũ ramũ, mama'ea
nane ae nua poi.

A'eramũ 'angamũ etee

i'upyra: paku, pira kasĩng, jumypyea, jani'ajup, tukunare, pirašijuejat,
pasi'akye, aikang, makupa, wararapeãtã, akara ete, mytũ, tekwapa,
inamuu, inamua kangiup, tajau, ka'iete.

A'eramũ ae angera temi'ua etee i'waw, wemireko ra'yryrũ ramũ.

Kawĩa te ajee ae a'u tee kujãã ra'yryrũ ramũ, oo te nipo ajee u'aa,
a'eramũ te ae mama'e tesirumera nua poi, na'ui ae kwepe mama'e tywera.

A'eramũ ae awasi memỹjã etee i'waw, kawĩ pie, karajayfet'jaw.

A'eramũ futat ae wa'yra kwakuwi wemireko pyri.

Awasi memỹjã etee i'waw u'iete, kawĩ pie, karajayfet 'jaw.

A'eramũ futat ae kuima'eramũ nokoi kujãã re, na'ui ae kujãã wa'yra upe,
kasi ae kunumĩã kyra mopy'apojyu kari ne, omowewui kujãã 'ua kunumĩã.

A'eramũ ae ujara je'ẽnga rupi etee futat mama'e 'waw.

Ae etee nipo mama'ea a'u, a'eramũ ae wa'yra mojera'ukari ojetee futat,
ajee 'ã nanuara re futat ae jara porangytai ae upe.



Poje nipo kunumĩã kyra awaw opiratã ramũ, a'eramũ futat ae tuwamũ, iy ramũ pira'i'i'ui paku, akara ete, pira kasĩng jumypyea, kwe futat imanawu ere kaw, ujara je'engã rupi etee mama'e 'waw.

Poje nipo kunumĩã okwa'raramũ, a'eramũ futat, ae kunumĩ, imojemi iwari mama'e yfera pyw.

Pira yfet, paku'auu kawĩ, mani'atatay.

Na mama'e pyw tee rũĩ ae wa'yra mojemiuari, muanga nane futat ae apa'ru kunumĩã re.

Kunumĩ moky'raawa pyw imuuka, a'ere imuuka amũa mũangã pyw jera'uawi, kwe futat imanawu erekaw emi'u momytũna, mama'e esage pyw etee futat, nãn kunumĩã kyra re rekwawa.

Wa'yra muuka kaaruwauwe, imojemi'ua re nune ipoeita, a'ere imojemi 'ua. Omaenuna esage ekwawa re, oga peia, 'ukara peia 'jaw.

We futat wa'yra mopi fwakaa imanaw, poje nipo kujãã awaw ojemony'aa jawy'jawy, a'eramũ futat ae iy ramũ, tuwamũ wa'yra mogytai, mama'ea poukari wa'yra upe, mama'ea amumera 'waukare'ema jupe: pira uwa



na'ui, na nuara kujãã wa'yramũ, wa'yra wereko fuku wewegi pe, ju'ia na'ui na nuara kujãã wa'yra wereko fuku, wewegi pe amuea'ga kunumĩã, 'jaw, kawĩ jarera na'ui nanuara ta'yraupajat, typy'aga nane i'jawe etee futat, mani'oko'o kure ra na'ui, na nuara kujãã nikamyi, wa'yra upe.

A'eramũ'ã ae ujara je'enga renuwi etee, mama'ea ojeupe imame'uramũ wapy akaw etee ujara je'enga re.

Poje nipo ojemony'aa, a'eramũ kujãã ojemome'waw ujara upe kamesĩete, a'eramũ futat iya inũnga taity pype.

Omyine'ema'upa.

Myaw remi'ua: awasi memyjã etee i'waw, kawĩ pie u'iete 'jaw etee i'waw upa.

Na'ui kwepe mama'e tesirumera, a'eramũ ã ae ujara je'enga rupi etee futat mama'ea poi, mama e'waw 'jaw.

Na'ui mama'e'ẽã, nanuara kujãã omonykyt, na'ui mama'e juwa nanuara ae i'ajup, wyraru mykyrera na'ui nanuara kujãã oposi etee wa'yra yramũ, a'eramũ ã mama'e sagea etee ae jara i'waukaa ae upe.

Nan etee futat mama'ea poawa, a'eramũ ae wapyakaw etee ujara je'enga re.



Tafut Kaiabi



Os cuidados durante a gestação e o que é permitido para o homem e a mulher

Quando a mulher jovem está grávida, sua mãe orienta sobre os cuidados durante a gestação. O homem não pode fazer casa, não pode amarrar palha, não pode fazer flecha e nem cera, nem socar o chão, não pode derrubar madeira e não pode tirar mandioca.

Também não pode prensar a mandioca e nem fazer peneira. A mulher é igual ao homem, não pode fazer as coisas proibidas no período da gestação, como: trançar a rede, nem fazer novelo de barbante, também não pode carregar coisas pesadas. Os alimentos que ela não deve comer durante a gravidez são: mel de vários tipos de abelha (Europa e de abelhas brasileiras), paca, cutia, jacu, jacutinga, quati, veado, pato, caititu, anta, macaco preto, jaú, pirarara, barbado, piranha, piau, matrinchã, jaraqui, bagre, cascudo, trairão e outros.

Os alimentos bons para a mulher durante a gestação são: pacu, mandi, mandubé, tucunaré, bico de pato, sardinha, peixe-cachorra, curvina, acará, mutum, jaó, macuco, nambu, queixada e macaco-prego. Somente esses alimentos são permitidos para a mulher grávida.

Durante a gravidez o mingau está liberado para a mulher e para o homem até ela ganhar o bebê. Quando a criança nasce, não pode comer vários tipos de alimentos, tem que respeitar as regras. Só pode comer milho



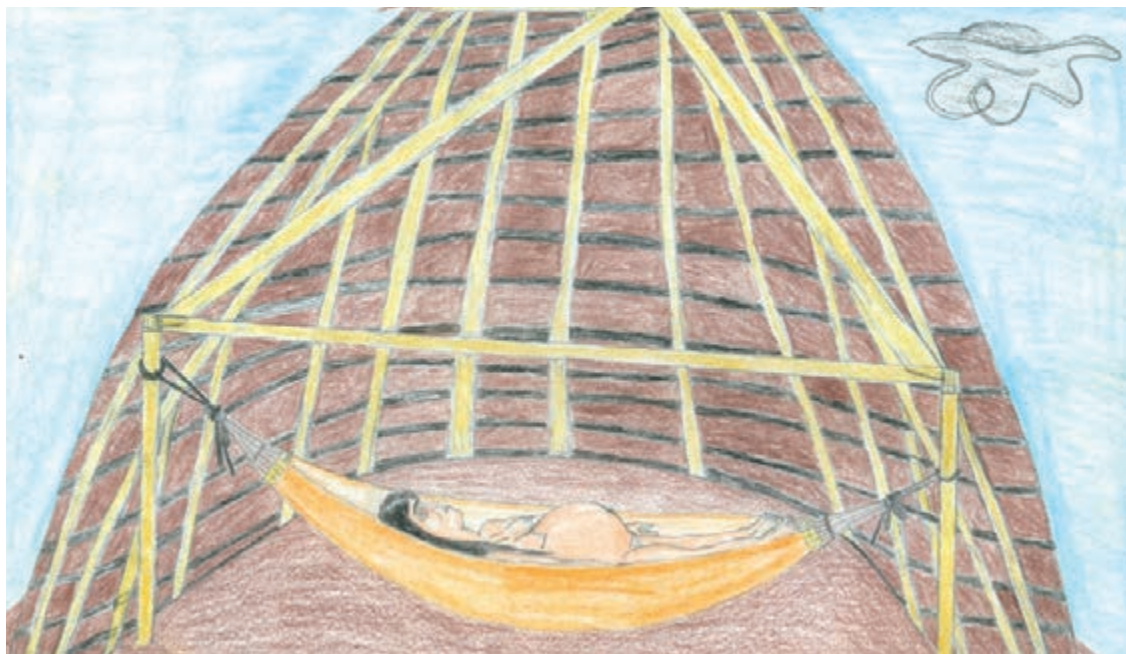
Tafut Kaiabi



cozido, mingau de farinha e de milho torrado. Por isso o homem cuida de seu filho junto com sua esposa. O homem não pode ter relação sexual, pois pode prejudicar a saúde da criança, ela pode até vomitar. Assim a criança ficará desnutrida.

Por isso temos que respeitar a orientação do pai e da mãe. Quem quiser comer as coisas, sem pensar no seu filho, vai prejudicar a saúde do filho, por isso precisa cuidar de si mesmo.

Quando o filho completar de quatro a oito meses o pai começa a comer peixinhos pequenos, como acará, mandi, pacu e mandubé. Quando a criança completa um ano de idade, o pai sustenta o filho. Os primeiros alimentos que a criança come são: caldo de caça, peixe e mingau.



Aruta Kaiabi



Não são somente os alimentos que devemos dar para o filho, mas também os remédios tradicionais, dar banho com remédios. Há vários tipos de remédios para banhar a criança, é assim que evitamos as doenças. Todas as tardes os pais devem dar banho com remédio na criança e lavar as mãos das crianças antes dela comer, manter a casa e o terreiro em volta da casa, onde a criança brinca, bem limpos.

Quando a filha fica moça, o pai e a mãe dão conselhos e ensinam a moça a fazer as coisas para aprender. Não deixam a moça comer ovos de peixe, se ela comer vão passar os meses que ela deverá ganhar o bebê; não pode comer rã, porque a criança vai chorar muito; não pode tomar mingau que queima e gruda na panela, isso vai segurar a placenta dentro do útero no trabalho de parto; não pode comer resto de beiju, pois a mulher não terá leite para a criança.

Assim nós acreditamos na orientação do nosso pai e da nossa mãe. Na primeira menstruação, ela tem que contar para a mãe colocá-la na reclusão. Ela não pode se mexer na rede durante a reclusão. A comida durante a reclusão é milho cozido, mingau de milho e farinha fina, outros alimentos são proibidos. Pode comer conforme a receita da mãe. Não pode comer alimentos doces porque provoca líquido, igual água que sai pela vagina. Outros alimentos que não pode comer são: banana, mamão, api e mão de jabuti, frutas que amadurecem fácil, porque provocam branqueamento do cabelo; sobrecu de todos os animais, pois pode fazer cocô na hora do parto. Assim são as regras tradicionais para o povo Kawaiwete.



Ma'ja te pifakare'ema ae pirye'ema?

| Awa, Wyrawat, Tafarejup e Wyrasingĩ Kaiabi

wAe pifakare'emã ae pirye'ema na jerauarũĩ, ae jemiure'ema te nae mapifakari, namo jopypei nipo ae mama'ea i'waw a'eramũ ae nipifakari nipiryi jaw.

Naje miuararuĩ nipo ae akaw nane te futat a'eramũ ae nipifaakari, a'eramũ futat jera'ua ae pyyka.

Na jemiuararue'ema eteruĩ nae mapifakarukari ae wyt ky'a, y'a ky'a. Ok ky'a, kasuru towopewi, wyrasõkwẽ wimera wyra jera'u tywera omongo ae ree.

Kunumĩuũa wemirekoramũ a'eramũ ajereko kwaape'ema, wa'yra rereko kwape'ema a'eramũ futat osininga, a'eramũ futat jera'u amutee pyyka.

Kunumĩ pifakare'ema ipirye'ema nipo aje ra'u a'eramũ kamesĩ ipifokoroka, najejukai nipo ae ee a'eramũ kunumĩakyrã manuĩ.

Nan ae pifakare'ema ae pirye'ema ae rerekoi.



Wyrasingĩ Kaiabi



O que é desnutrição?

Desnutrição é uma fraqueza, é a falta de uma alimentação equilibrada em quantidades certas. A desnutrição acontece quando a pessoa não se alimenta direito, fica magrinha, fraca e com maior facilidade de pegar qualquer doença.

Não é só por falta de alimento que a pessoa fica desnutrida, falta de higiene e meio ambiente contaminado podem contribuir para a criança pegar doenças e ficar fraca. Os animais também causam doenças nas pessoas como: cachorro, gato, galinha e outros. O casamento precoce também pode causar doença e desnutrição nos filhos. A criança desnutrida é fácil de adoecer e é muito fraquinha, ela pode pegar qualquer doença, se não cuidar pode até levar à morte.

Assim acontece a desnutrição com a criança, por vários fatores.



Wyrasingi Kaiabi



Ae juru jera'uawi ae je ãngui

| Tari, Tapi e Jefuka Kaiabi

Ae o paka ajeruita ai'iwe tetewe mama'e ure nanenũ ajeruita, osere nune 'jaw ajeruita mama'e remyrerawi.

Ae rajã wara era yogia, akuruk ae rajã re, wapyka ae rajã re 'jaw.

A'eramũ angamũ ae rajã moto'oma, imayau, imamufuka wogamũ, te oja'yrapyau ikwara pype.

Poramũ nanenũ amũ era nũ tajãpypiru'a 'jaw ae jupe ae rajã pyri 'upa a'eramũ futat ae rãimira imayaw.

Poramũ nanenũ ae juru jera'ua nũ, ae juru waipysing winamũ futat ae je rueje'emãmũ. Apoa ae ree.

Angamũ futat nanenũ jera'u pytuna: kũũ, juru to'om, ae omopi to'om, taimit to'om.

Angã temiu'a ae rajã 'iwara amoje up te ae rajã mamufuka 'jaw: kanape, asuk, eit, karameru'i, kanã, pokowu'ã y'wakyp te tukumã og.

Angã jera'ua ako e koete aeree ae reteuare, kunumĩĩ te ae ymana re 'jaw.



Prevenção das doenças da boca

Após acordar pela manhã, precisamos escovar os dentes e também temos que escovar após as refeições, para retirar os restos de comida, mantendo a boca sempre limpa. Se não escovarmos os dentes, as bactérias podem se acumular nos dentes e furá-lo. Por isso que o dente estraga e serve de moradia para as bactérias se reproduzirem dentro dele.

Existem também doenças causadas por bactérias que causam o que chamamos de abscesso dentário, uma infecção que causa muita dor no local do abscesso.

Existem outras doenças que podem aparecer na boca se as pessoas não cuidarem bem e não escovarem os dentes. Essa é a família das doenças: estomatite, câncer bucal, herpes labial e gengivite.

Os alimentos que facilitam a chegada da bactéria na boca e nos dentes são: biscoito, açúcar, mel, balinha, cana-de-açúcar, folha de banana-brava, fruta verde e larvas de tucum. Essas doenças qualquer pessoa pode pegar como crianças, adultos e velhos, elas não têm preferência.



Ae rajã porongyta

| Tapi, Tari e Yefuka Kaiabi

Kunumĩ rajã nipo open
a'eramũ nipo a'e ae'jara ae
mome'waw anyra upe:
eruriki je rajã erojewya 'jaw
nipoa' e jupe.

Kunumĩ rajã penamũ
nipoa'e imomoaa kwara
poawa katy a'eramũ futat
kunumĩ rajã ipori nũ i'ja
werimũ tee futanũ.



Tapi, Tari e Yefuka Kaiabi

História do dente para o povo Kawaiwete

Quando quebra o dente de leite da criança, a mãe ou pai jogam o dente na direção leste, onde nasce o sol e pedem para o morcego trazer o dente da criança de volta. Após duas ou três semanas o dente da criança começa a nascer novamente, é o dente permanente.



Ae rajã japyruawa reruawa mome'wawa

| Awa Kaiabi

Anyra nga nipoa'e ae rãj jypya japyrua wereko.

A'eramũ kunumĩ rajã jypy'a nipo open. A'eramũ kunumĩa wajã rerawaw imomoa kwara poawa rupi.



Awa Kaiabi

A'eramũ futat oporongytaw anyra nga upe:

- Anyra, anyra je rajã open erut, erut ki je rajã japyrua je upe. 'Jaw 'nga upe. A'eramũ futat akaw wajã rapesaka, a'eramũ futat meweitee ae rajã opoa.

Anyra remirurera nipo open a'ea nojopy'ruí majepeí'ia ete futat 'nga wereko ae rajã japyruawamũ.

Nan ae rajã japyruí ae upe.

História dos dentes

É o morcego que fica com os dentes das pessoas quando eles caem. Quando o primeiro dentinho da criança quebra ou cai, a criança joga o dente quebrado na direção do leste, onde o sol nasce, fazendo um pedido para o morcego:





- Traz, traz meu dente para mim.

A criança fica esperando, até nascer o dente permanente, geralmente depois de duas semanas. O dente permanente que nasce, trazido pelo morcego, quando quebrar não vai nascer mais, porque o morcego fica só com um dente de reserva. Por isso que só trocamos de dentes uma vez.



Muap Kaiabi



Ae rãjã nipo nafugi a'eramũ ae ojemi'wa esage

| Kwariup, Ireki e Arasi Kaiabi

Ae rãjãya nae mojemi'wa rarũkari, a'eramũ ae omaenuna wãjãre. Na ae rãjã fuga teeruĩ na ae mojemi'wa rarũkari, ipytun futat ae juru jeraua: tãjãy, kũũ, tãjãypirua, jera'u fuangẽ'em a'eramũ ã Mara fanugara wã ae rãjã re oporowyky ma'e wã pejeruei sage, peje jãjãre pejemaee nuna jaw jane upe.

Temi'ua ae rãjã mote'aa ra.

Paku'auu akyt, tukumook, muangẽ'ẽ, jamyuu, tapyjã remi'ua kana, kanape'i, kanaeit, karameru'i, asuk, kãwĩ, yro'ysangĩ, ypirang, awasi'i'i.

Quando não temos cárie no dente nós nos alimentamos bem

Quando temos cárie não conseguimos nos alimentar bem, por isso temos que cuidar dos dentes. A cárie, que dá a dor de dente, não é a única doença que pode dar na boca, tem várias outras doenças como estomatite, abscesso, gengivite e câncer bucal, por isso os profissionais de saúde bucal falam para nós escovarmos bem os dentes.



Alimentos cariogênicos são os que facilitam a presença de bactérias nos dentes. Os alimentos cariogênicos tradicionais são: banana verde, larvas de tucum e raiz doce. Os alimentos cariogênicos não indígenas são: cana-de-açúcar, biscoito, rapadura, balinha, açúcar, refrigerantes, picolé e pipoca doce.

Alimentos cariogênicos dos não índios



Ypirang



Asuk



Yroysangi



Kawĩ



Kanape'i



Karameru'i

Alimentos cariogênicos tradicionais



Tukumook



Pakuauu



Muangê 'ě



Pokop

Ae jemiu'wa kwa kwai'i te aepira mamuakaap jaw

| Ireki, Arasi e Kwariup Kaiabi

Wemi'u ramũ kwa kwai'i, okopia, temi'uramã tyma kwai'i tamějě futat, a'eramũ temi'ua opykopy ramũ ae upe.

Temi'u esage a etee i'waw.

Ma'eramũ ae temi'u esage a etee i'waw? A'eramũ ene ejera'wa we'em e kaw. Ai i'wete temi'ua otywamũ ae rogipe ae ra'yra upe, ae yupe, ae ymana upe 'jaw. A'eramũ ene esinĩge emã ekaw.

'Ywa nanenũ, ywa tesirumera tỹmã ukarywyri pe, a'eramũ waranupa, waramũ, a'eramũ kunumĩ'ia i'waw.

Wyra nanenũ ae imoje upa, wyrasõkwě imoje upa, amanipe ipira nitywi kwai'i, a'eramũ ae wyrasõkwě etee ijukaw i'waw.



Segurança alimentar e nutricional

Segurança alimentar e nutricional é ter muitos alimentos, ter roça, plantar bastante produtos para o ano todo e comer comidas saudáveis. Por que devemos comer alimentos saudáveis? Para ficarmos fortes, fazer roça, pescar para a família: filhos, idosos e pais. Também para ter bastante comida na casa, para não acontecer desnutrição na família.

As frutas do mato também são boas para comer e é importante plantar perto da casa, para as crianças comerem logo que derem frutos. Também é importante criar galinhas, porque na época da chuva é difícil pescar.



Pirapy Kaiabi



Temi'uramã resakatuawa te ae pira mamuakaap 'jaw

| Awatare, Pirapy, Matariowy, Muap e Tamakari Kaiabi

Morowykya apaw aju'jawe etee kunumĩakya mosĩnigukare'emã. Kunumĩakya momoyita jay rupi tetee. Osining nipo kunumĩakya, a'eramũ futat imamewaw kunumĩakya y upe. A'eramũ futat kunumĩakya mojemi'uaa. A'eramũ kunumĩ jara ojejukaw wa'yrare. Wa'yra mojemi'uaa nanuarawi. Wa'yra mosĩnigukare'emã erekow. Temi'uramã mogotyrãu oje upe, ojeuware omajãw.

Okopypiarare omaenuna ojeuwa upe.

Ae pytuna nanenũ aju'jawetee futat omaenuna wemi'uramare oje upe.

Jane nanenũ, ajueewe oporowyky ma'eramũ omaenunã nanuarare, morowykyare jarepytuna upe. Nanenũ muãngãre oporowyky ma'eramũ eteeruĩm nanuara morowykyrero oi jareje upe. Aju'jaju'jawe etee futat, mama'eapaw.

Aju'jawe etee morowykyapaw. A'eramũ morowykya a'jeteteewi woporamũ janee. Wyriaramũ taatu oje'engã mama'eare opytuna upe, ojomorypa mama'eapaw, nanuara jarejemi'uramare.

Kunumĩ'ĩĩ mu'jawa nanura poa re jarejee, jarepy tuna upe. 'Yware oporowyky ma'e 'ngã nanenũ 'ywa tyma jarejeuwa upe jarejewy'rapype, 'jaw, jarejeuware omajãw.



Tapyÿjã nanenũ panjêa janeree oporowykyma'ea, 'ajetetewi oporowykyaw janeree jane'wyripe awauwara muangare oporowykyma'e poa morowyky mame'wau pawẽ pawẽ etee jareje upe.

Ika'arani ma'eramũ tapyÿjã remi'ua jane'ã i'wau, 'awamũ.

A'eramũ ika'rani ma'eramũ tapyÿjã remi'ua esage etee erua ojeuwa upe, opytuna upe, 'jaw.

Vigilância nutricional e alimentar

A equipe de saúde deve fazer vigilância alimentar e nutricional nas aldeias, pesar as crianças todos os meses, acompanhar as crianças desnutridas e em situação de risco e acompanhar a alimentação delas.

Deve informar a família sobre o estado nutricional, explicar para a família oferecer alimentos balanceados e respeitar as regras para não deixar acontecer desnutrição na criança. Cuidar dos produtos da roça para sua família e para outras famílias, que também podem cuidar dos seus alimentos.

Nós, agentes indígenas de saúde (AIS), também temos o dever de acompanhar e cuidar das crianças, mas não somos só nós, os agentes de saúde, que devemos fazer este trabalho. Os caciques, as representantes das mulheres, professores e conselheiros das aldeias precisam ajudar no trabalho dos AIS, fazer o trabalho em conjunto com os caciques na conscientização da comunidade, para que as pessoas façam roças para



alimentar as famílias. Os professores também precisam fortalecer o trabalho dos AIS e dos agentes de manejo na plantação das frutas para nossas crianças em nossas aldeias. A equipe de saúde não indígena deve trabalhar direito, orientar a comunidade sobre doenças e alimentação, ajudando os AIS a explicar sobre os problemas de saúde e alimentação para a comunidade. As pessoas que têm salário precisam comprar somente alimentos bons para sua família e coisas boas.

Temi'uramã resakatuawa

| Tamakari Kaiabi

Morowykya apaw aju'jawe etee.

Kunumĩ momoyita jayrupi etee. Emi'uramã resaka, wujã te wesak?

Imojemi'wa 'jaw?

Kwai'i te temi'uramã iwyrripe, niky'ai te kunumĩ rekwawa 'jaw.

Angã morowykya iapow ae kunumĩ poyje'ema resagi ra'ne. A'eramũ futat, mãwĩ te angã jera'ururi 'jaw.

A'ere aporogytaw najuejue etee kunumĩy upe, tuwa upe 'jaw. Morowykya iapow ajepoarukaa: 'wyrirara upe, maramũ jara upe, pajëa, muanga kwaapat, y'wa 'wykyat, tapy'ÿjã wyrirara upe, kunumĩ mu'aat, amunawi'i upe 'jaw.



A alimentação e o desenvolvimento das crianças

Nós agentes indígenas de saúde precisamos trabalhar em equipe, fazer acompanhamento do crescimento e desenvolvimento das crianças todos os meses: medir a altura, pesar e acompanhar a alimentação das crianças. Verificar se tem alimento na casa para as crianças, se o lugar onde as crianças brincam está limpo ou sujo. Devemos observar de onde vem a doença que atinge a criança, para depois fazer reunião com os pais da criança com a presença do cacique, professor, raizeiro, pajé, agente de manejo, parteira, médico e representantes das aldeias grandes e pequenas.

Kujãmera ijatykaawet

Koa'ara rupi kujãmera jatykai 'au, wawi pe aporongytaw, kunumĩ poyje'emare. Ojotyka ma'e ramũ: Kĩsêdjê, Waurá, Ikpeng, Kawaiwete te Yudja, 'jaw.

A'eramũ wea'ara mujaa ka'arana re rai'i.

1. Unifesp pype oporowyky ma'ea jera'u ra'angawa iapaw, a'ere esaukaa ojewyripe ojemogy ma'e upe.
2. Kunumĩa kyra i'are e'mauwe ijara ikwakupa.
3. Kunumĩ'ary py rauwe futat ae ikwakuwi, iy ramũ 'jaw. Mama'e tywera wawe'em jupe.



4. Kunumĩa kyra imoky'aukare'emã, imuuka ko'aramuku.
5. Kunumĩã imojemi'waa esage.
6. 'Y myjã ywate, japepo pype, pira kawĩ, wyra'oo, angera mama'ea i'upyra iau 'jaw.
7. Oga peia te ukat 'jaw.
8. Kunumĩa kyra reposi tyma iapygauwe.
9. Kunumĩa kyra mujawe'em mama'e ẽ u'are.
10. Jare jajyra mogytaw, kujãmukua. Ta'yrypya, nakwaawi wa'yra rerekoa.
11. Muang esage aetee imanaw kunumĩa kyra upe.
12. Muapyra tee morongyta paw ajepeja kwararupi etee.
13. Kwakwa'i temi'u esage tyma kope, ukaripe 'jaw.
14. Jare jemi'urama esagea etee iapaw muang'jaw. A'eramũ kunumĩa kyra imamuakaa.
15. A'je te ywykwara mamufuka, a'eramũ 'ya atepawe'emamũ ae upe kwararupi.
16. Kunumĩ mera mujaw jare mama'ea poare.
17. Oporongytaw jare je'wya pype oporowyky ma'e ngã nupe temi'urama, esagea etee ki perut tapy'yjã 'wrawi.
18. Y'mã warera jare fuanga reruarero jewya te jare 'jemi'ua jaw.
19. Morowyky apaw muanga pype oporowyky ma'engã netee, kunumĩa re omaenuna emi'uaare 'jaw.
20. Wyrasõkwẽ mojeupa oje'wrype, kunumĩ poyje'ema poaa.
21. Ka'apewara y'wa ra'yjã tyma ukaripe.
22. Jare jewyripe wara kasuru motepapa.



23. Pe'je muanga re oporowyky ma'ea sipoat, kunumĩ poyje'emare, jarema'ea muanga pa'raw kunumĩ poyje'emare.
24. Emireko ma'eramũ omaenuna wa'yrare wemireko poaa.
25. Mãate tapy'ÿjã remi'ua esage, a'jete kunumĩ mongyw.
26. Jarejewyra poaa te wyrasõkwẽ mojeupa, jane poaa: ISA, Funai, Funasa, Unifesp, Associação 'jaw.
27. Ipoa imongytaw weape amunawa rerekaw, ywa ra'yjãre ifuwet ma'eramũ woga pyri itymara poaa. ISA, Funai, Funasa, Ministério da Saúde, Associação, towajaramũ janepype ojemongymã'eramũ. Oje wyripe ojemongy ma'engã 'jaw.
28. Weape kunumĩa kyra rerekow, ipoyi iaranup, 'jaw. Jare jewyripe wara, itynipo osining ma'ea kunumĩa. A'eramũ ijara momaranupa.
29. Moro wykya iapoara ngã poa. Maru'ãngapa ra ngã marakaje'enga pype DVD pype imojefutaa kunumĩ poyje'emã rewara. A'eramũ, a'ere erawaw ojewyripe esaukaa 'ngã nupe.
30. Ipoaa, imu'jaw morowykyare, muanga re oporowyky ma'e, tajã re oporowy ma'e, 'y are oporowyky ma'e, moromujat, wyriat, kujãmet morowyky are ipoaa esage, mama'eare, kunumĩ, 'jaw.
Oje'wyripe ojemongy ma'e upe ia'angawa ka'arana re fiumĩ resaukaa, ijãngipyra renuwukaa e'ymawa'i pypewara upe.
31. Mama'e mame 'waw oje wyripe ojemongy ma'e ngã nupe, jera 'uare 'jaw. Nanipo jane fuakaramũ. *SESAI* jane 'y fuanungaware, teposioga apaukaa jupe te ytyryrũ myjã esage 'jaw.
32. Kunumĩa kyra fuanunga ae ywyaiwawi ewo'i 'jaw.



Propostas do Encontro de Mulheres

As mulheres dos povos Kĩsêdjê, Waurá, Ikpeng, Kawaiwete e Yudja reuniram-se em 2007 no Polo Wawi, para conversar sobre a saúde das crianças. Elas fizeram as seguintes propostas para melhorar a saúde das crianças:

- 1. Apoiar, orientar e acompanhar os agentes indígenas de saúde (AIS), os agentes indígenas de saneamento (AISAN) e os agentes indígenas de saúde bucal (AISB), os professores, lideranças, mulheres e caciques para o trabalho de orientação sobre os cuidados com as crianças nas aldeias utilizando material didático, como cartazes e programas de rádio.*
- 2. Antes de nascer a criança, o pai e a mãe devem respeitar as regras.*
- 3. Desde que a criança nasce, os pais devem respeitar as regras comendo comidas boas, não comer comidas que não servem para o desenvolvimento da criança.*
- 4. Cuidar bem da criança: banhar a criança com ervas e manter a higiene.*
- 5. Alimentar bem as crianças.*
- 6. Manter os alimentos em locais adequados: deixar a água tampada em cima do jirau, proteger o peixe e outros alimentos das moscas.*
- 7. Manter o quintal limpo e varrer a casa.*
- 8. Enterrar as fezes da criança quando ela fizer cocô em volta da casa.*
- 9. Não ensinar as crianças a comerem coisas doces.*
- 10. Sempre orientar nossas filhas moças, que não têm experiência de cuidar do primeiro filho.*



11. Usar ervas e raízes corretas na criança.
12. Fazer reunião três vezes por ano para conversar sobre a nutrição das crianças.
13. Plantar muitos produtos de boa qualidade na roça e no quintal das casas.
14. Preparar bem os alimentos e raízes para a criança manter um bom peso.
15. A SESAI deve perfurar os poços artesianos no padrão certo, para não faltar água nas aldeias.
16. Ensinar os jovens a fazer nossos artesanatos.
17. Conversar com funcionários das aldeias sobre os alimentos industrializados.
18. Revitalizar a medicina e os alimentos tradicionais.
19. Realizar o trabalho junto com os AIS para cuidar da alimentação da criança.
20. Criar galinhas nas aldeias para combater a desnutrição e ajudar na alimentação das crianças desnutridas.
21. Plantar sementes de frutas do mato em volta da aldeia.
22. Acabar com os cães das aldeias porque eles transmitem muitas doenças.
23. Vamos ajudar os AIS a combater a desnutrição com a nossa medicina tradicional.
24. Os maridos devem ajudar as esposas a cuidar das crianças.
25. Oferecer para as crianças os tipos de alimentos que são bons para elas ficarem bem de saúde.
26. Procurar instituições para ajudar na criação de galinhas nas aldeias, como as associações indígenas, ISA, FUNAI, SESAI e a UNIFESP.



27. *Reunir com cada comunidade para organizar a plantação de frutas junto com ISA, FUNAI, SESAI, Ministério da Saúde e associações, com a participação de pessoas que já estão atuando nesta área de manejo.*
28. *Acompanhar o desenvolvimento das crianças e informar a família.*
29. *Para ajudar a equipe de trabalho para melhorar a nutrição contar com a colaboração dos cinegrafistas, fazer gravação de programas de rádio e de DVD para exibir nas aldeias para as comunidades.*
30. *Ajudar a equipe de trabalho: os AIS, AISB, AISAN, os professores, os caciques e as mulheres, passar filmes e CD para as pessoas que estão nas aldeias.*
31. *Passar o que foi discutido no encontro para a comunidade, assim nós vamos ter mais força para conseguir as construções de privadas, organizar o tratamento da água e maneiras de tirar o lixo das aldeias.*
32. *Tratar as crianças que estão com anemia e verminose.*



Piawuu apoap

Wyra'wat Kaiabi



Piawoua ae wopo mutawamũ, kumiramũ, imonooka jaw. Mutawamũ ae iapaw ye'oka ipefera wi rane ipepina a'ere imanaw 'y pype. Ima japajerepa a'ere ikangera renũjaũ jui.

A'e re u'i manaw ipype iwarapawire, imua imojypa, imomewaw opytuna upe. Nan ae mutawa apoi.

Ymã nipoa'e ae na'ui wa'ykyramũ rakue.

Amueanga kunumã, imoypipa 'jaw.

Nanae piawuu mutawa iapoi 'iwaw.



Wyra' Wat Kaiabi

Receita de mutap de matrinhã

A gente pode fazer mutap de matrinhã cozido e paçoca. Para preparar, primeiro tira as escamas do matrinhã, depois põe na panela com a quantidade certa de água. Tem que ferver bem e tirar os espinhos. Depois põe farinha fina dentro. Depois de misturar bem a farinha, precisa tirar do fogo e esperar esfriar. Então pode servir.

Assim é preparado o mutap de matrinhã. Antigamente as pessoas que tinham filho novo não podiam comer esse peixe, porque fazia a criança chorar muito.



Pira mutawa tojo'oware iapo'awa

Awa Kaiabi

Nan ae pira mutawa apoi tojooware, pira ra'ne iupia imajapajerepa, a'ere tojoowa manaw ipype. A'eramũ futat imyjã imajapajerepa. Oto'om nipo pira tojoowa retee a'eramũ futat iapikaw kawĩ pywaawa pyw. Iapikare u'i ete maranamu u'i singatãn manaw ipype, ipype imonore iwaraw jupe, a'eramũ futat ajemujangã mutawamũ. A'ere imua imojypa tata'arawi a'eramũ futat ae iwaw. Nan ae iapoi.



Pirão de peixe com taioba

O pirão é feito assim: primeiro deve-se cozinhar o peixe até ferver, depois colocar as folhas de taioba e deixar ferver mais, até amolecer bem as folhas e o peixe. Aí começa a mexer com uma colher de madeira, depois de desmanchar o peixe e as folhas, colocar farinha fina de mutap ou farinha de milho dentro. Então é preciso mexer, mexer, até virar pirão.

Pode tirar do fogo e servir, assim é feito o pirão de peixe com taioba.



Awa Kaiabi



Tojoop

Matariowy Wawak Kaiabi

Tojoowa ae remi'ua, kujã wopo mutawamũ ae upe. Ijopyperamũ ae kuima'e ramũ pira katurama imua'aa paku piawuu 'jaw, winamũ tojoowa jopypea nanetee futat jeremi kwaawa angã.

Nanenũ angã jemi'wara kunumĩ'ĩ'ĩa i'waw ete futat.

Naje ra'ui nipo kunumĩa a'eramũ i'waw etee. Ajerau nipo a'eramũ na mojoyypei amutea ipiraare a'eramũ paku 'ngã ete imanaw tojoowa pype, nuerekoi tesirungatu kunumĩa.

Nanenũ kujãã nipo ta'yra u'at jui na'ui tojoo mutawa, wayra upe kasĩ ikwawi kamyramũ kunumĩa kyra upe ne, a'eramũ futat my'aray mongow ee.



Matariowy Kaiabi

Como preparar taioba

Taioba a gente come como pirão, é a mulher que prepara o pirão de taioba. O homem pesca para pegar peixes bons para misturar com a taioba, como pacu e matrinhã. Essa é a mistura da taioba. Todos podem comer, os adultos e as crianças.





Awa Kaiabi

*Quando a criança não está doente pode comer taioba com matrinchã.
Quando ela está doente não pode comer pirão misturado com taioba.
Quando seu filho está doente só pode comer pirão de taioba com pacu, esse peixe faz bem para a criança quando ela está doente. Quando a sua esposa está com filho recém-nascido não pode comer taioba, se ela comer pode passar o alimento pelo leite materno e assim provocar diarreia na criança.*

Tojoop

| Awa Kaiabi

Tojoowa ae wopo mutawamũ pirapype imonow.

Kujãã pira rupia, awaw ojapajerepa. A'ere kujãã tyfera mome'waw aja upe. A'eramũ futat kujãã tyfera mua imoro 'yaw y'a pype. Pirayfera moro'yaw i'waw ajouwi.

A'ere kujãã iwaraw mutawamũ a'ere mutawa me'engã aja upe, ajamoyka mutaware.

A'ere i'waw kaa aja upe najuejue etee, a'eramũ a'ere oma'etee etee i'waw.



Receita de taioba

| Yefuka Kaiabi

A gente coloca as folhas de taioba para cozinhar junto com o peixe, para fazer pirão de peixe. Depois de cozido a mulher coloca farinha para transformar em mutap. Depois de tirar do fogo o pirão de peixe com taioba a mulher começa a colocar nos pratos, até servir todo mundo. Mas antes de cada um comer sua comida, o dono do mutap pode oferecer mutap para os convidados do seu prato. Cada um vai comer um pouco.

Kumana ku'i

| Kwariup Kaiabi

Kumana ku'ia nipo ae wopo, a'eramũ ae kumana ikapyrera muri japepo pype a'ere y mua ipype erawaw tata'arimũ, imojapajerepa'i a'ere imua erojypa ipiroka, ipiropa'wire imanaw japepo pype nũ imojapajerepa imyĩna namutat, oo nipo opytawatawa ramũ, a'eramũ ae ykyyĩgũ'i manow ipype imotaita, jukyt 'jaw. A'eramũ futat ae i'waraw yapywaa wi'i pyw, a'eramũ futat awaw ojygamũ, oo nipo mutawa'jawe, a'eramũ futat imua erojypa, imory'wew imyjã, iry'were imua y'asinga pype a'eramũ futat erawaw kwaraype imyjã, irũpawẽ nipo kwara jejy, a'eramũ futat ae imojerepa



kwaray upe, mukuĩ ete osea, a'eramũ futat osininga kumana ku'i ramũ, a'eramũ futat ae ijãnga yrũpype.

A'eramũ futat ae i'waw piraare, nanenũ ae pajẽ wyripe inũgã upiwara remi'uramũ y'a pype. Na'ui ae kujã ramũ pajẽ wyripe wara kumana ku'ia nanuara ae kunumãia omokon ee.

A'eramũ ae oma'etee 'waw pira are.

Receita de pó de feijão fava



Kwariup Kaiabi

Nós fazemos pó de feijão fava. A gente pega o feijão fava que está quebrado em uma panela e põe água, depois coloca no fogo e deixa ferver até ficar mole. Tira do fogo após o cozimento e tira a casca que está sobre a carne. Após terminar de tirar a casca, coloca novamente em cima do fogo e deixa no máximo uma hora, até o feijão ficar bem mole. Coloca pó de pimenta no feijão para arder e um pouco de sal.

Após colocar pimenta e sal, mexer com pedaço de madeira que é feito igual a um remo. Mexer por alguns minutos até começar a formar um tipo de pirão. Levar para fora da casa e colocar no sol. Assim ele vai se transformar em um pó e fica branco. Comemos esse pó de feijão com peixe.

Também deixamos embaixo da rede do pajé para ser alimento do seu espírito, só que as mulheres não podem comer a comida que é deixada embaixo da rede do pajé, pois elas podem ficar grávidas. Por isso mesmo cada pessoa tem que ter o seu próprio prato com pó de feijão para comer com peixe.



Pira ku'i

Muap Kaiabi

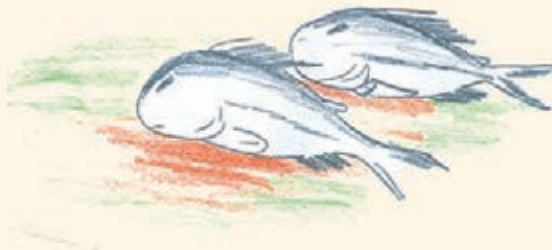
Pira ku'i apaw ae pira manurugi.
Pira esagea etee, o' o esage ma'e.

Wemiarama etee pira manuruka.
Kwai tamejẽ futat pira rerua. A'eramũ
awuruau tamejẽ woporamũ.

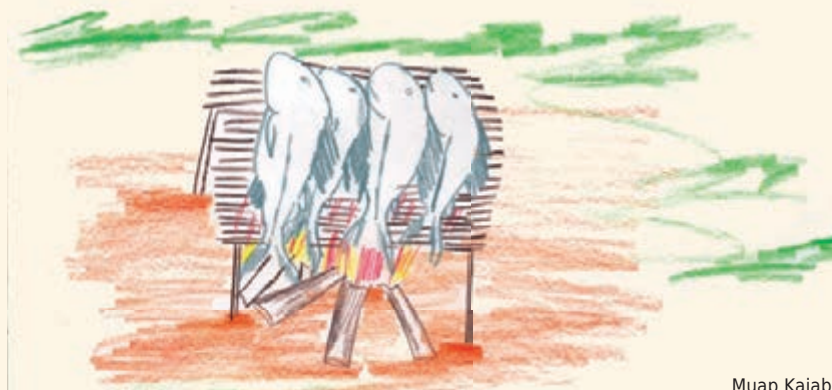
Pira ra'ne imanuruka, ye'oka. Pytemype apaw tupawamũ imanaw
tata'arimũ imojypa.

Wimera apore ae ipi'roka. Ikanga mososoka jui. O' o katua etee iapaw.
Tepawire japepo pype imanaw ipykuita. Iwarau, poje osininga.
Isiningire imua erojypa tata'arawi. A'eramũ futat ijãnga imanaw
japepopype maranamũ kanafũ pype.

Pira ku'i 'waw ae i'ui: u'i mugare, mani'oko'oare, mutawamũ 'jaw ae
pira ku'i 'waw.



Muap Kaiabi



Muap Kaiabi



Farinha de peixe

Para fazer farinha de peixe nós pegamos muitos peixes, somente os peixes bons, que tem carne boa. A pessoa escolhe os peixes de seu interesse e precisa trazer em quantidade, para produzir bastante farinha de peixe. Depois de pegar muitos peixes, tiramos as tripas e preparamos um jirau para colocar no fogo.

Depois de bem assado, no outro dia, a pessoa tira a casca e os ossos, deixa somente a carne. Então coloca a carne do peixe numa panela em cima do fogo para torrar, e vai mexendo até secar. Depois tira do fogo.

A farinha de peixe é guardada numa panela ou numa cabaça. Nós comemos farinha de peixe com farinha fina, com beiju e usamos para fazer pirão também.



Ya

Wyrasingi Kaiabi, muanga 'wykyaramũ

Amana 'ua nipo. A'eramũ futat ya 'ngã ujãw, a'eramũ ae awaw jupe. Japepo rerawau 'yreewe jaw. Nanetee nipo a'eramũ futat nemonoogi, Ikwarare etee ene e'amã.

Kwe nga ruramũ ne 'nga ppyka. Imanaw yrupype, tyneem nipo a'eramũ futat. Ene ewaw ogipe. Tataa ene imojopywaw.

Tarapewa ene imanaw iaimew, a'ere ene ya manaw ipype. Ojypa a'eramũ ene imua erojypa 'jaw. Manioko'oa renipo ere'u nerewyk 'jaw enekawete.

A'eramũ futat nekyra ekaw. Nana ae ya ui. Kunumã kyra na kwaawĩ i'waw ikwaaparamu etee i'waw.



Wyrasingi Kaiabi

Saúva

Quando começa a chover bastante, a saúva começa a sair da sua casa para voar, então a pessoa vai pegar saúva levando uma panela com água. Se você não levar nada, a saúva vai morder você. Você tem que esperar no lugar que ela está saindo. Enquanto ela vai saindo, você vai pegando e colocando na panela ou cabaça. Quando a panela encher de saúva você leva para casa, acende o fogo, esquenta uma panela antes e depois coloca a saúva para torrar.



Depois que a saúva fica bem torrada você tira do fogo. Se quiser comer com beiju é muito gostoso e gorduroso. Depois de comer saúva você fica forte e gordo. Assim que a gente torra saúva para comer. A criança pequena não pode comer, porque ela não sabe comer e pode se engasgar. Somente os adultos comem saúva.

Ywy'ja apo'ap

| Aramut Kaiabi

Kuima'eramũ ae oi ywy'ja poawa monoka, 'y ruwie'emauwe.

A'ere ae omaenuma etee akaw ipora re.

Poje nipo amãñã 'ua kwakwai'i, a'eramũ ae oi esaka, opot nipo, a'eramũ ae simo'ogi, i'ogi re ikaw a'ere etyka ipype, a'eramũ futat iapisaw, ijãnga yaripe, erowa emire ae kuima'eramũ iataa, a'ere kujãã ye'oka a'ere imanaw tata 'arimũ eya, apeapow mutawamũ 'jaw.

Uwa manaw ipype, ijoywire u'iete manaw ipype, erojywire, imome'waw ajo upe, ime'enga ojoy'a pype ajo upe.

Eyra moka'ẽũ etee inũnga tata 'arimũ, kunumĩ'ĩĩ ramũ ae na'ui ywy'jaa nanuara omoypip.

Kunumĩũũa na'ui pira uwa, nanuara omowokurukuruk.

Pira ku'iramũ nane kujãã iapoi. Ywy'ja ka'ẽ apoi, a'ea wereko i'waw fuku, kanafũ pype erekwawa, a'eramũ oty were'emamũ.



Kujã mukua myau fera, kunumĩũũa 'jaw, na'ui pira ku'ia, nanuara ae moapiku'i, a'eramũ futat ae jara na'ukari ae upe.

Kunumĩa ky'ria nane na'ui nanuara kunumĩa kyra amuea'ga, imoypipa 'jaw.

Wa'yra ruwiiu ramũ etee ae anga pira 'ui, jaruete oko ma'eramũ etee ae anga pira'ui mani'oko'oa re, u'uiua re, u'ietea re jaw.

Mutawa nipo, a'eramũ kujãã tojoowa monoi ipype, mani'atata, aruusĩ 'jaw. Winamũ etee mutawa rewara, a'eramũ nane etee futat angã pira 'wawa.

Receita de Curimatá

Nós, homens, vamos ao local da piracema fazer cerca por onde o curimatá passa, isso fazemos antes do rio encher. Depois ficamos esperando por algum tempo. Assim que chover bastante a gente pode ir ao local para ver se o peixe está entrando. Pode tirar timbó, quebrar o timbó e jogar na água esparramando o veneno que vai matando os peixes e colocando na canoa. Vamos embora para a aldeia com os peixes. Chegando em casa, o homem vai tirar lenha para moquear os peixes. Enquanto isso a mulher vai limpando o peixe, depois acende o fogo e coloca o peixe em cima do jirau para moquear e também fazer pirão de curimatá. Para o pirão ela cozinha o peixe, depois de bem cozido tempera com farinha fina, própria para pirão. Após ficar pronto oferece para a família. Se quiser pode deixar os peixes moqueados em cima do jirau.

As crianças menores não podem comer curimatá porque pode causar convulsão.



Awasi

Awatare Kaiabi

Awasia ae otym kope poje opopoa, awaw waranupa. Poje otyaramũ.

A'eramũ futat ae ikyra ra'ne i'waw: awasimemyjãmũ, kawĩ ramũ 'jaw.

Nanenũ ae awasi kyra manaw tatape eya i'waw 'jaw.

Kawĩ ramũ iapaw kujãã awasikyra rerua ogipe. A'ere ikytyka pasi'ywa pyw. A'ere ipireita imangwapa yrupema pyw. A'ere iupia imanaw tata 'arimũ. Nomojewyri teajee kujãã iwaraw. A'eramũ kawĩa a'jeteteewi nere'ẽ 'jaw. A'ere, iopopawire imoro'yaw iwaw.

A'eramũ a'ere kunumĩa minu'u manaw ipype. A'eramũ futat kawĩ matyku'aa. Minu'u tywe emamũ jetyga kytyka imonou kawĩ pype. A'eramũ futat imotykuuaa.

Werowarowak tenipoa jee kujãã awasikyrya iapaw.

A'eramũ futat kawĩa ytee ramũ etee ojemujanga. A'eramũ futat kawĩa naei a'uramũ.



Milho

A gente planta o milho na roça, ele nasce, cresce e fica pronto. A gente pode comer cozido e fazer mingau de milho verde. Pode ser assado quando está verde.

Para fazer mingau, as mulheres pegam milho verde na roça, trazem para casa e ralam no ralador, então lavam com água e peneiram. Depois põe numa panela em cima do fogo para cozinhar. A mulher não pode voltar o remo para trás, só para frente, para o mingau sair bem feito. Depois a pessoa que fez vai esfriar e oferecer para a família.

Depois de pronto a mulher adoça com batata. Se a mulher virar muito o mingau pode sair como água e fica sem gosto de mingau.

Jetyga apoap

| Tari Kaiabi

Jetyga nako ae otym kope, amanipe
ae itymã a'eraũ futat apopoa 'upa awaw
u'aramũ 'upa kwaripe a'eraũ kujãmera awaw
jetyga re.

Irua iapaw kawĩ ramũ.

Iapaw erua ogipe, ipireita ypyw yjawi.



Tari Kaiabi



A'eramũ imanaw japepotype, iupia tata'arimũ ajapajerepa a'eramũ futat opywa mũ.

A'eramũ futat imua imojypa tata'ara wi.

A'eraũ kujã iapikaw yrupema pype.

Ae'raũ kunumãa minu'u manaw ipype. A'eramũ futat tepa wamũ.

A'eramũ futat ae kawĩ rykua.

Como preparar a batata

A gente planta a batata na roça, pode plantar no meio da roçada, assim ela produz mais rápido. Tem dois tipos de plantação, na queimada e antes da queimada.

Quando tem batata, as mulheres vão à roça tirar para fazer mingau. Antes de cozinhar para fazer mingau, as mulheres lavam a batata. Depois de cozida, tiram do fogo para descascar, passam na peneira com água, usando as mãos. Depois de pronto, a mulher conta para o marido, assim todos bebem mingau de batata.



Manyop

| Aruta Kaiabi

Manyowa opoawa je amame'u ja re jee.

Manyowa uweita we kujãã awaw ipiaramũ kope.

Erua ogipe a'eramũ futat ipireita. Eruri re imo'omã yngu'a pype.

Imo'omawi re imua y'a pype. A'ere 'ymanaw imukupa jupe ijapaje re wamũ we imanaw ipype. Nanĩ'menĩ me futat imo japajerepa. Awaw ojypa a'eramũ kujãã imua erojypa tata'arawi a'eramũ futat ae i'waw. Na jue jue etee futat ae remi'ua, kunumĩ ramũ. Ae ruwuu, ayman 'jaw i'waw. Kujã ta'yrarera tea jee na'ua 'nei nanuara kunumĩã ky'ra amo jera'u. Nanae manyowa opoi i'waw a'eramũ peẽ ikwaapa pejeje mangyaw.

Folha de mandioca

A mulher busca folhas de mandioca na roça e traz para casa, depois lava e soca no pilão.

Depois que a água ferver, coloca dentro da água quente. Deixa mais de quarenta minutos no fogo, tira do fogo e serve para a família.

Assim é preparada a folha de mandioca.



Aruta Kaiabi



Wyraupi'a

Tafareiup Kaiabi

Kujã oo yraupi'a upe a'e reerurire imanaw japepopype iupia, imojypa, ijywire imua erojypa tata'arawi.

A'e re imanaw yro'ysanga pype imoro'yaw, iro'yre imua ipe'oka, ipe'opawire imanaw y'a pype.

A'e re jukyra manaw ipype imoe'ëu. A'e re u'iare imunanire imame'waw wa'yra upe.

Nanae kujã temi'u mome'ui wa'yra upe.

Wyraupi'a kunumĩ remi'ua, ta yryrũ mae ta'ykyt, kunumĩ'ũũ, kujamuku, sawa'e jaw i'waw. Myaua teajee na'ui yraupi'a, iporereko teu ee, a'u nipo a'e ramũ futat imuaka'jai.

Nane tee futat nanuara mame'wawa.



Tafareiup Kaiabi



Ovo

A mulher pega o ovo e cozinha na panela, depois de cozido tira do fogo. Pega uma panela com água e coloca o ovo dentro para esfriar e tirar a casca. Após descascar, põe o ovo no prato com farinha e sal, vai mexendo para misturar como farofa. Assim fazemos farofa de ovo para crianças. É a mulher que prepara comida para seu filho comer. Criança, gestante, velho, moça e rapaz podem comer ovo. A menina que fica na reclusão não pode comer ovo, faz mal. É assim que a mulher prepara ovo para comer.

Awai

| Mayup Kaiabi

Awaia nipo ae auwei a'eramũ
ae imono'onga imowowoka, a'ere
imanaw iupia japepotype tata'arimũ.

Ijywire ae imua imojypa tata'arawi
a'eramũ futat ae i'waw, i'are tee ta'u
erenipo, a'epe kawĩnamũ tee nipo aje
ereu wei a'eramũ futat kujãã iupiri.
Iupiri re imua imojypa a'eramũ kujãã



Mayup Kaiabi



o’oa kawĩ pywu awa pyw o’oypa a’yjãwi. Iapopawire iapinera enujãũ jui a’ere imuewaa u’i pyw.

A’eramũ futat imome’waw apytuna upe najue jue tee ae i’ui kunumĩĩ te ae ruwuu jaw iwaw.

Ajera’u nipo kunumĩa a’eramũ na’ui, ije ra’ua mama’ea nau wejukari jupe, jaru ete te nipo ajee kunumĩa a’eramũ mama’e’ui, opira mamuakaa.

Pequi

Quando a gente quer comer pequi, cata no mato, tira da casca e põe na panela com a quantidade certa de água. Coloca no fogo e espera ficar cozido. Depois de cozido tira do fogo. Quando você quiser comer mingau de pequi, raspa a polpa até chegar perto do caroço, põe farinha dentro e oferece para a família.

Quando a criança estiver doente não pode comer, fica sem vontade de se alimentar dessa fruta. Quando a criança está bem de saúde ela se alimenta bem para ficar forte e fortalecer seu corpo.



Tukunare

Ireki Kaiabi

'Ype wara tukunarea, a'eramũ ae imu'aa, iyeoka, a'ere eya, maranamũ iupia 'jaw, mutawamũ nane ae iapoi, iupia, imojypa esage sage 'jaw.

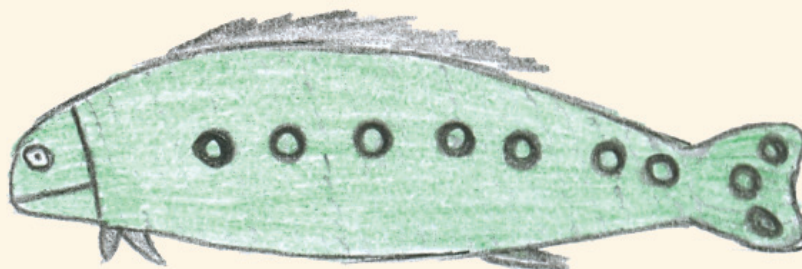
Typysing nipo, a'eramũ ae ty ramua y'a pype, imoro'yaw i'waw.

A'ere ae o'o moto'õma u'i monou ipype iwarau jupe, kasi u'ia ikytãũũ ramũ ne.

Nainaneuje etee ene u'i manaw ipype, tuwuu nipo eremono u'ia ipype, a'eramũ ije rawu ui.

Iapo pawire ae imome 'waw opytuna upe, y'a wã erua, a'eramũ ae wã y'a pype imanow wãnupe, a'eramũ futat wã i'waw u'i mugare.

Nan ae tukunare opoi i'waw.



Ireki Kaiabi



Tucunaré

Esse peixe mora no rio. A gente pega com anzol, depois limpa, assa ou cozinha para fazer pirão. Tem que cozinhar e assar bem. Depois que fica bem cozido a gente tira o caldo na cuia para tomar, coloca um pouco de farinha dentro, ela fica grossa e dura, por isso tem que colocar na quantidade certa.

Quando fica pronto, oferece para a família e todos trazem seus pratos. O dono do pirão coloca no prato de cada pessoa e a pessoa acrescenta um pouco de farinha fina e come. Assim a gente prepara o tucunaré para comer.

Y'waete kawĩ

| Arasi Kaiabi

Y'waetea ra'ne ikaw,
ikapawire ene ikytyka
pasi'ywa pyw. A'ere
imãngwapa yrupema pyw.

'Ymua japepo pype a'ere
ene eira kosõu ipype. Ikosimawire ene y'wa kytygi pyrera manow ipype.
A'ere itykua, nan ae y'waete kawĩ apoi eiry are.



Arasi Kaiabi



Receita de mingau de castanha

Primeiramente tem que quebrar as castanhas, depois de quebrar tem que ralar. Preparar água em uma panela para fazer suco de mel e colocar a castanha dentro do suco. Depois é só tomar. É assim que a gente prepara mingau de castanha.

Pirakasing

Muap Kaiabi

Pirakasinga ae remi'ua. Kumiramũ ae iuweita a'eramũ kujãa iupia japepo pype.

Mutawamũ iuweita kujãa u'iete manaw ipype.

Eyra te nipo ajee ae auwei a'eramũ kujãa eya ae upe.

Nanae pirakasinga 'ui.



Muap Kaiabi



Receita de mandi

Mandi pode ser consumido por crianças e adultos. Quando trazemos muitos mandis, a mulher limpa e cozinha na panela. É preparado cozido, assado, como pirão e servido com farinha e beiju. Assim é preparado o mandi.

Pino'wa

Yefuka Kaiabi



Yefuka Kaiabi

Pino'wa ae a'u iupia
japepo pype meweri'i tee
futata ymukupa ee a'ere imua
imojypa tata'arawi a'eramũ
ojeitee futata uĩna opywamũ
a'eramũ ae a'ere i'waw.

Nanenũ kawĩnamũ
ae i'waw. Kujã imanaw
yngu'a pype imo'omã
a'eramũ a'ere imangwapa
yrũpema pyw, ipefera wi
itymangwawi re ae pino'wa
kawĩ 'waw.



Receita de bacaba

Nós comemos bacaba. Primeiramente preparamos água na panela para esquentar no fogo, quando a água fica morna, tiramos de cima do fogo e colocamos a bacaba dentro. Precisa deixar a panela tampada por vinte minutos e já fica pronta para comer.

Também preparamos bacaba para fazer suco. A mulher coloca no pilão para socar, depois coa com a peneira. Depois de coar, tomamos mingau de bacaba.

Paku'auy (Panany)

| Tapi Kaiabi

Paku'auy ae otyñ kope wemi uramamũ
kwaripe waramũ te amanipe 'jaw.

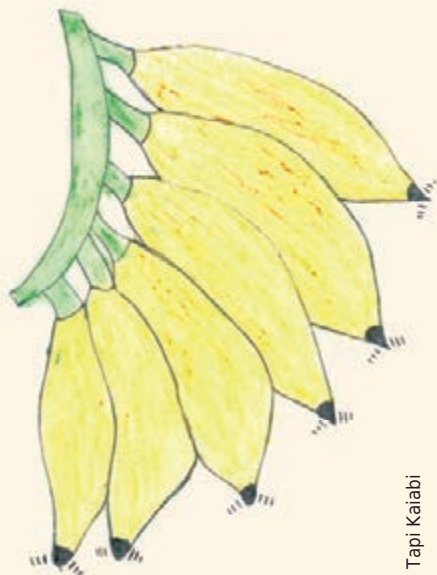
A'eramũ ae erua imonoka ogipe imawaekou
oga py'are.

Ijuwamũ ikosiãũ japepo pype.

A'eramũ a'ere ae i'waw.

Na jue jue tee tejee ae i'ui ae ymãn,
kununĩũ, kununĩĩĩ 'jaw.

Myaua teajee na'ui, ajemony'aa upa a'eramũ ae mu'asingi nipoa'e kujã
ta'yryrũ ma'ea a'u etee futat nue rekoi tesirungatu.



Tapi Kaiabi



Bananas

| Kwariup e Arasi Kaiabi

As pessoas plantam bananeiras na roça. Nós comemos bananas na época da seca e também no tempo da chuva. A pessoa corta o cacho de banana, leva e pendura dentro da casa. Quando as bananas amadurecem as pessoas descascam e fazem mingau de banana numa panela.

Depois todos podem tomar o mingau: os velhos, jovens e as crianças. As meninas reclusas não podem comer banana, porque se comerem ficarão com os cabelos brancos muito cedo. As mulheres gestantes podem comer bananas.

Jakupesing

| Tamakari Kaiabi

Angã wyra ae kuima'eramũ ajuka ka'ape.

A'ere erua ogipe. A'eramũ ae remirikoa iawa'waw, a'ere eya imanaw tata pe.

Ai'iwe kujã iupia mutawamũ, a'ere ky'yjã manaw ipype, imotaita wereuje etee a'eramũ mutawa wewygamũ.

'Ipywire kujã imo'omã yngu'a pype. A'ere imanaw iupia, a'eramũ futat u'iete manaw ipype. A'eramũ futat iwaraw erekow, a'ere imua imojypa.



A'eramũ futat i'uka aja upe.
Nan kujã jakupesing amutawa apoi.
Jarujete nipo ae reko i a'eramũ, ae i'ui najuejue etee.

Receita de jacutinga

Nós homens, caçamos e matamos jacu no mato, trazemos para casa e entregamos para a esposa. A mulher tira as penas e depois assa no fogo. De manhã a mulher cozinha na panela e coloca pimenta dentro, para fazer o pirão de jacu ficar gostoso. Depois que o jacu amolece, a mulher tira e coloca no pilão para socar. Depois de socar, põe novamente no caldo. Quando ferver, põe a farinha fina e vai mexendo até virar pirão. Depois tira do fogo e serve a família da casa.



Tamakari Kalabi



Tajau

Tafut Kaiabi

Tajaua kujã wawerep tatape a'ere kujãa iupia japepo pype iupirire kujãa, imo'omã yngu'a pype.

A'ere imanaw iwaraw u'iete manaw ipype a'ere imoa imojypa tata arawi a'ere kujãa imome'waw ajaw upe a'eramũ futat ajamojatykaw mutaware a'eramũ kujãa imanaw ajoy'a pype ajaw upe, a'eramũ kuima'eramũ imanaw kaa ajaw upe a'eramũ futat i'waw u'ietear.

Nanenũ ae namonoi kunumĩ ro'yramũ jupe. Kunumĩ anga weroo ka'ape a'eramũ ae a'e namonoi kunumĩ ro'yramũ jupe.



Tafut Kaiabi

Receita de queixada

A mulher sapeca o porco no fogo, depois corta em pedaços para cozinhar. Quando a carne amolecer, tira da panela e põe no pilão para socar. Depois de socar, coloca novamente na panela, deixando ferver. Põe farinha fina e vai mexendo até virar pirão. Na sequência a mulher tira do fogo e serve na cuia de cada pessoa da aldeia. Depois os homens recebem sua cuia com pirão e oferece para cada pessoa experimentar.



Há uma regra importante: só não pode oferecer para criança doente, porque vai fazer mal para ela.

Api

Awa Kaiabi



Awa Kaiabi

Apiã ae remi'ua, 'ywa
ka'apewara, amanipe
api pirangamũ.

Nana ae api ui: i'a retee, kawĩ rãũ a'jã raimeu iwaw 'jaw.

Api kawĩa ae wopo nan: itya miaũ japepo pype a'ere imangwapa yrũpema pyw. A'eramũ futat ae itykua, imame 'waw apytuna upe.

Api ra'yĩ wera iaimeu: nan ae api rayjã iaimei: japepo manaw tata a'rimũ, a'ere imanaw ipype, imonore iwaraw jupe, osining nipo a'eramũ futat imua imojypa tata 'arawi imoro'yaw. Iro yre i'waw.

Nan ae api 'ui.

Receita de api

Api é uma fruta do mato. Ela fica madura na época da chuva. A fruta api pode ser consumida de várias maneiras: pode ser comida, pode fazer suco, também pode ser torrada e comemos a castanha dela.



O suco de api é preparado assim: se espreme as frutas em uma panela, coa-se com peneira, depois é só chamar sua família para beber.

Ka'i mutawa iapoap

| Pirapy Kaiabi

Kuima'e ramũ ae atai awaw ka'ape. Ka'irekoaa ifakatu ma'eramũ wyrapara pyw etee futat ka'i nga jukaw. A'eramũ futat ojewya ka'i 'nga, rerua ogipe. Erowaemire, kujãa iapeka ra'ne, a'ere iye'oka. Nana ae ka'i 'nga 'ui: iupia kumiramũ, eya etee, mutawamũ, imo'oma. Mutawamũ kujãa iapaw iupia japepo pype yretee. Ipywamũ, a'eramũ futat kujã iapaw, imua y'a pype ikanga renu'jãũ jui a'ere imanaw yngu'a pype imo'omã, a'eramũ futat u'iete manaw ipype.

A'eramũ futat iwaraw imuajyka, a'ere imua i'oka y'a pype a'eramũ futat kujã mukua awaw opytuna renuĩnã najue jue etee, a'eramũ futat ojotykaw ajuee. A'eramũ futat imanaw ojoy'a pype, kuima'e ramũ teajee imonoi ojopope a'uka'ri wejemi te ajee ae oma'ea aja upe ojomoyka. A'eramũ futat ojomoorypa, nana ae ka'i mutawa iapoi i'waw. Ka'ia ae remi'ua, myaua teajee na'ui amotasi myaua a'uramũ. Ta'ykyramũ ni'wawi 'jaw, amajera'u kunu miakyrã, tuwa iya nipo a'u a'eramũ. Ojera'waw nane ae na'ui nũ, ajemuae aeree a'eramũ futat ae mosininga.



Mutap de macaco

Somos nós homens que saímos pelo mato para caçar macacos. A pessoa que é boa de flecha mata macaco sem depender de outras armas. Logo que conseguimos matar um ou mais macacos, voltamos para casa. Em casa a mulher pega o macaco para sapecar no fogo. Depois ela leva na beira do rio para tirar as tripas e tratar bem para cozinhar.

Tem várias formas de preparar macaco: cozido, assado ou como mujica, que é um tipo de pirão, sendo que o macaco é socado com farinha. Se o homem pedir para a mulher fazer mujica, a mulher coloca o macaco na panela com água para cozinhar, fica cuidando do fogo, até o macaco ficar bem cozido. Depois ela tira o macaco da panela e coloca no pilão. Ela vai socando, depois de socar ela joga na panela e vai mexendo, colocando farinha fina. Até que o mutap fica pronto e ela vai chamar os parentes para comer. Quando chegam todas as pessoas, começam a colocar o mutap no prato de cada pessoa. O dono do mutap experimenta um pouco para depois entregar o prato para as pessoas.

A moça reclusa não pode comer mutap de macaco porque pode ficar com vermes. A mulher com bebê recém-nascido também não pode comer mutap de macaco, porque pode fazer mal para a



Pirapy Kaiabi



criança. Quando a pessoa estiver doente, também não pode comer, porque pode complicar a doença e provocar emagrecimento.

Juja'yt mutawa iapoawa

Tafut Kaiabi e
Pikuruk Kaiabi

'Ya ra'ne imukupa
japepo pype, a'ere juja'yra
manaw ipype a'eramũ futat
imajapajerepa o'o mata'waw.

A'ere imo'jaw imanaw yngu'a pype a'ere imanau wejẽmĩ japepo pype,
u'i manaw ipype iwaraw a'eramũ futat mutawamũ ajemu'janga a'ere
ime'enga ujara upe.



Tamakari Kaiabi

Receita de mutap de rã

Primeiro esquenta água na panela, depois coloca a rã dentro e deixa ferver até amolecer a carne. Depois soca no pilão e coloca novamente na panela, coloca farinha e vai mexendo, até virar mutap, então pode servir para a família.



Ae ara nupap *Faixas etárias*

| Aramut Kaiabi

Kunumĩa u'a ryau ma'e - Kunumia kyt

Kunumia kyra ã ni jay ka'jami itu'ã'are'ema e rerekaw kamyã etee.

Recém-nascido

A criança não tem um mês de vida e continua com cordão umbilical; somente mama no peito da mãe.

Sira - Ky'ri

- Oy rryka, afu'ama oje tee, wataw.
- Oje'enga, ajamueu we wirera retee.
- Wataw, ojekotyã awow tekotee re tee.
- Temi'u re nuĩna 'uwa upe.
- Osea oje tee.
- Wapy gay kwa apa.
- Oje ra'u kwa apa.
- Aja ugi wera kwa apa.
- 'Uwa kwa apa, opytuna kwaapa.



Menino e menina (crianças)

- *A criança começa a se arrastar, levantar do chão e andar.*
- *Começa a falar e brincar com o próprio irmão e com outras crianças.*
- *Conhece o pai, a mãe e as outras pessoas da família.*
- *Sabe pedir comida para os pais e escolher seu alimento.*
- *Dorme sozinha.*
- *Sabe dizer que quer fazer as necessidades.*
- *Sabe informar aos pais que está com algum problema.*
- *Sabe dizer que quer tomar banho.*

Kunumĩ'i'i

Anga pype kunumĩ'i'ia ou wyrapa ramu, uyp'jaw, oje koty'aawa re tee.

Watau: pira ywãũ, pira mu'aa pina ama, pyw u'y wapaw oje tee wyrapat 'jaw.

Rapazinho

Nesta fase de menino e rapazinho ele usa arco e flecha para brincar com seus amiguinhos. Ele sabe flechar peixe, pescar com anzol e também sabe fazer sozinho arco e flecha.



Kujāmuku'i

Wewi re ra re omae nuna oje awo teeu, oje koty'aawa re tee. Mama'e apaw ujara upe, ou pyri.

Mocinha

Sabe cuidar do irmão mais novo, brinca com outras amiguinhas, acompanha a mãe para fazer mingau, assar peixe e preparar outros alimentos.

Kunumĩũũ - Kujāmuku

Kunumĩuua aporo wyky kwa apa, wimera apaw: opina etyka, pira ywãũ u'y wa pyw, aka'aupa. 'Oga apaw, okopia, yara apaw te wyrapara apaw, u'yp jaw, kujã 'u kwa apa, ujara meteu jaw.

Kujāmukua nanenu ujara meteu, kawĩ apaw, taity pireita, oga peia, y'a pyeita, temi'ua apaw, amyneju powanã te oje jukaw ojee jaw, ujara je'enga re nupa etee jaw.

Rapaz e moça

O rapaz já sabe trabalhar: sabe pescar para a família, flechar peixe, caçar, fazer casa, roça, canoa, arco e flecha. Sabe namorar ou escolher sua namorada, sabe respeitar seus pais e a família.



A moça também sabe respeitar a família, sabe fazer mingau, lavar roupa, varrer a casa, lavar os pratos, fazer comida, sabe fiar algodão, sabe cuidar de si mesma, sabe obedecer e respeitar a família.

Emireko ma'e

Emire ko ma'e ramũ ae mae nuni wa'yra oje mi'ue kaa, wa'yra upe, wa'yra moje mi'ua.

Okó pia, oje mi'urunga, aka' aupa, oga apaw, koa paw watywuwa upe, omae nuna wekwaware, wekwawa metew jaw.

Homem casado adulto

O homem casado cuida dos seus filhos. Ele pesca e caça para alimentar seus filhos, faz roça para sua família ter alimentos. Ele sabe fazer casa e fazer roça para o sogro. Cuida e respeita sua própria família e a família da esposa.

Ome na ma'e

Omena ma'ea kujãã nanenu omae nuna wa'yra re, wa'yra moje mi'uaa, kawĩ apaw. Oga peia, mama'e apaw wekwawa upe, omena raity pireita, temi'ua apaw ome na upe 'jaw.



Mulher casada e adulta

A mulher casada cuida da alimentação de seus filhos, faz mingau, faz comida, varre a casa, cuida da sogra, lava a roupa do marido e faz comida para ele.

Sawa'e

Sawa'ea uĩ na 'ogi pe tee, opo rogytaw 'uina wemy minũ upe, morongyta mame'waw wemyminũ upe, imu'akwaapa. Mama'ea po are imu'jaw jaw.

Velho

O velho fica só em casa, conversando com seus netos, contando histórias do passado para seus netos, para que eles conheçam estas histórias e aprendam a fazer várias coisas necessárias para viver.

Wãiwĩ

Wãiwĩa nanenu uina ogi pe tee, opo rogytaw 'uina we miariru, morongyta mome'waw wemiarirũ upe, imu'a kwaapa, mama'ea po are imu'jaw: taity apo are, amyneju powana re jaw.



Velha

A velha fica só em casa, conversando com suas netas, contando histórias para as netas saberem e entenderem. As velhas ensinam as netas a fazer várias coisas, como fiar algodão.

Os homens e mulheres idosos, nessa fase da vida, não têm mais condições de fazer trabalhos pesados, como roçar, fazer casa e pescar. Por isso é obrigação dos netos e das netas fazerem as coisas para as pessoas idosas.



Pirapy Kaiabi



ISBN 978-85-7758-177-1



9 788577 581771

Muanga re oporowyky ma'e, tajã re oporowyky ma'e, yare oporowyky ma'e jaw

Aramut Kaiabi,

Arasi Kaiabi,

Aruta Kaiabi,

Awatare Kaiabi,

Awa Kaiabi,

Inamurap Kaiabi,

Ireki Kaiabi,

Yefuka Kaiabi,

Kwariup Kaiabi,

Matariowy Kaiabi,

Mayup Kaiabi,

Muap Kaiabi,

Pirapy Kaiabi,

Tafarejup Kaiabi,

Tafut Kaiabi,

Tamakari Kaiabi,

Tapi Kaiabi,

Tari Kaiabi,

Wyrasingi Siratywi

Kaiabi, Wyra'wat

Kaiabi,

Inatatapi Kaiabi,

Loiware Kaiabi,

Yuwamim Kaiabi.



LITERATERRAS
ESCRITA, LECTURA, TRADIÇÕES

FALE
FACULDADE DE LETRAS
FARE

Ministério da
Cultura

Ministério da
Educação

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
PAÍS RICO E PAÍS SEM POBREZA