

# CARTILHA AGROECOLÓGICA DE PRODUÇÃO FAMILIAR



Realização:



Apoio:





# APRESENTAÇÃO

**E**ssa cartilha é um instrumento para consultas e divulgação da proposta agroecológica de produção familiar. Foi baseada e validada em práticas já implantadas e seus respectivos resultados em vários municípios do estado do Piauí: Batalha, Piracuruca, Piripiri, Luis Correia e Esperantina, tendo como destaque a comunidade Vereda dos Anacleto.

A roça orgânica tem se tornado uma das principais propostas iniciadas, no intuito de dar sustentabilidade às propriedades familiares e socializar as questões da degradação ambiental com toda a sociedade de uma forma a interagir todas as situações sociais e econômicas com todos os segmentos da sociedade.

Os ecossistemas no nordeste encontram-se em processo gradativo e permanente de destruição e desertificação devido as ações desastrosas do homem em busca de lucros rápidos. A todo momento a natureza pede socorro através de situações como: aumento da temperatura, extinção de espécies vegetais e animais, assoreamento dos rios, infertilidades dos solos, ventos destruidores, ataque de pragas e doenças, enxurradas e etc...

Essa cartilha, vem principalmente nos chamar a atenção, para todas essas questões ambientais e mostrar que existem alternativas viáveis e sustentáveis para que haja uma interação de harmonia entre o homem e a natureza.

*Paulo dos Anjos - Técnico em Agropecuária, Diretor Executivo do CERAC*

# ÍNDICE

Introdução .....	3
Características da Agricultura Convencional.....	6
Características da Agricultura Orgânica.....	8
Metodologia.....	11
Práticas Adotadas para Implantação e Manejo com a Roça Agroecológica.....	12
Escolha da Área .....	12
Roço de Rebaixamento e Incorporação .....	13
Roço para Raleamento .....	13
Podas da Vegetação Nativa.....	14
Cobertura Seca.....	14
Aplicação de Esterco e Matéria Orgânica .....	15
Plantio e Incorporação de Plantas Recuperadoras do Solo .....	15
Diversificação do Plantio (Controle Biológico) .....	16
Inseticidas e Repelentes Caseiros.....	16
Formação de Leiras.....	17
Curvas de Níveis.....	18
Rotação de Culturas .....	18
Composto Orgânico .....	18
Como Preparar um Composto Orgânico Simples .....	19
Modelos de Roças Agroecológicas em Realidades Distintas.....	21
Experiência 1 .....	21
Experiência 2.....	23
Experiência 3.....	25
Nota de Utilidade Pública Sobre a Política de Agrotóxicos no Brasil.....	27
Ficha Técnica .....	30

# INTRODUÇÃO

**A** produção de alimentos no mundo, requer práticas de cultivo do solo que na maioria das vezes provocam degradação do meio ambiente. A prática da queimada, por exemplo, mata os micro-organismos, provoca desarmonia no meio ambiente, mata o solo e tudo o que nele existe. Por causa do desmatamento, do plantio morro abaixo e do uso de agrotóxicos, as terras estão ficando cada vez mais fracas, estão indo embora por conta da retirada das matas, a terra fica sem proteção sujeita à erosão (arrastamento da terra provocando buracos), diminuindo assim a capacidade produtiva.

Quando queimamos a terra para o plantio, ou aplicamos venenos químicos provocamos um verdadeiro desastre ecológico. Pois ali existem milhões de vidas, tanto em cima quanto em baixo da terra, muitas das quais não conseguimos ver a olho nu, mas que convivem em perfeita harmonia com o meio ambiente, contribuindo





assim para a melhoria do solo, tornando-o poroso, fofo, permitindo a entrada de ar e água no mesmo.

Com a morte dos pequenos seres (micro-organismos), a terra deixará de produzir matéria orgânica responsável pela melhoria do solo, os buracinhos que tem na terra se fecham tornando-a dura, (compactada), impedindo tanto a entrada de água quanto do ar. Por não entrar água e ar, a terra fica sem vida estando assim impossibilitada para o cultivo.

O homem com a sua ação devastadora está conseguindo modificar o meio ambiente, provocando sérios problemas como: poluição do solo, do ar, e até do lençol freático (água). Estas ações trazem prejuízos irreparáveis a vida humana e animal.

### **CARACTERISTICAS DA AGRICULTURA CONVENCIONAL:**

A prática da queimada utilizada pelos agricultores como forma de limpar o terreno e com a ilusão de que a terra queimada produz melhor, traz grandes prejuízos ao meio ambiente.

**A natureza já não agüenta  
mais tanta intervenção!  
A natureza pede socorro!  
A natureza está morrendo!**

Quando botamos fogo no roçado, além de queimar a matéria orgânica que iria adubar a terra, matamos também os microrganismos, os bichinhos que trabalham para deixar a terra pronta para produzir. Quando esses bichinhos morrem, a terra deixa de ser trabalhada. Com isso ela fica endurecida (compactada), pois deixa de entrar água e ar na sua composição. E a terra ficando dura não presta para a produção. É uma terra sem vida.

Como se não bastasse o fogo, outro sério problema é o uso de adubos e venenos químicos, que além de matar os bichinhos que trabalham para a melhoria da terra, trazem também sérios problemas para o meio ambiente. Os venenos usados para matar as pragas e o mato, envenenam também o lençol freático, a água que existe na terra, que usamos através de poços, cacimbas, olhos d'água, além dos rios e açudes.

Para se ter uma idéia, desde 1985, venenos como o "DDT, ELDRIN, ALDRIN, DIELDRIN, CLORDANE E LINDANE, HEPTACLORO, GRAMA BHC, PARATHION AZODRIN, NUVACRON, ALDICARB (TEMIK), GELECRON FUNDAL, 02-4-3T (Agente Laranja) O EDB, O DBCP, PARAQUAT FUNGICIDAS a base de Mercúrio", no mundo todo estão com o uso proibido. Mas infelizmente no Brasil, esses venenos continu-



am sendo usados pelas famílias agricultoras, sem o menor conhecimento sobre os perigos que esses produtos causam na vida, de modo geral.

Tanto os venenos quanto os adubos químicos causam dependência, isto é, quanto mais tempo se usa, mais necessita ser usado. A terra fica viciada não conseguindo mais produzir sem a aplicação dos mesmos, tornando-se cada vez mais fraca, sendo o agricultor obrigado a gastar mais dinheiro na compra de adubos e defensivos químicos.

Quando queimamos, usamos adubos e venenos químicos, estamos matando a terra. Se insistirmos nessa prática, um dia ela não servirá mais para nada. Esse tipo de agricultura também provoca a erosão que com a contribuição das queimadas e do desmatamento, a terra é levada pelas enxurradas.

### **CARACTERÍSTICAS DA AGRICULTURA ORGÂNICA:**

Por sua vez, trabalha-se no sentido de estabelecer o equilíbrio ecológico em todo o sistema. Parte da melhoria das condições do



solo, que é a base da boa nutrição das plantas que, bem nutridas, não adoecerá com facilidade, podendo resistir melhor a algum ataque eventual de um organismo prejudicial. Cabe destacar o termo “eventual” porque num sistema equilibrado, não é comum a reprodução exagerada de organismos prejudiciais, visto que existem no ambiente, inimigos naturais, que naturalmente irão controlar a população de pragas e doenças.

A agricultura orgânica como o próprio nome diz, é o tipo de cultivo onde não se queima a terra nem se usa venenos e adubos químicos prejudiciais à vida humana, vegetal e animal. É uma agricultura que só traz benefícios para o meio ambiente.

Quando deixamos de queimar permitimos que a palhada, folhas, restos de cultura e esterco apodreçam e aos poucos sejam incorporados na própria terra fazendo assim com que a mesma fique adequada a produção de alimentos. Todo material orgânico deixado na área da roça servirá como alimento para a própria terra, para os bichinhos que ali existem (micro organismos).

Outra vantagem que não pode deixar de ser lembrada, é que a roça orgânica exige menos mão-de-obra familiar, e quando a terra





já está bem trabalhada a produção acaba sendo maior que na roça tradicional. Isto acontece porque na roça queimada tudo o que é de matéria orgânica é consumido pelo fogo, deixando assim a terra pobre e endurecida.

Não podemos esquecer também que na roça orgânica não é necessário todo ano o agricultor(a) estar desmatando e queimando novas áreas, pois a roça é permanente.

Quando a área do roçado fica bem coberta com folhas, palhas e restos de culturas diminui o mato, quando chove a terra tem condição de segurar mais água, e assim, as plantas poderão crescer com sustança, mesmo que passe alguns dias sem chover, pois a cobertura segura a água, deixando a terra sempre fria e fofa.

Na roça orgânica após ano de cultivo, a terra vai ficando mais estrumada e com isso aumenta a produção, e diminui a mão-de-obra das famílias, pois o trabalho vai se resumir apenas na reposição da cobertura utilizando as próprias moitas, folhas e palhas. Trabalho este que é feito a partir do mês de julho, agosto com a primeira derruba e corte das moitas.

# METODOLOGIA

**C**om total diferença da prática convencional, na roça agroecológica quem define a metodologia e condução dos trabalhos é a situação real que se encontra o local de implantação da roça. Vai contra os princípios da vida, dizer que tal solo ou tal localidade está morto, o máximo que podemos aceitar é que tal localidade ou região encontra-se em um estágio avançado de degradação e que merece uma atenção especial para iniciar uma roça agroecológica, e tendo isso como o principal aspecto, é que a creditamos que em toda localidade rural, principalmente familiar é possível iniciar e implantar roças agroecológica, respeitando e atuando de acordo o seu estágio de degradação ou naturalidade ambiental que se encontra.

Diante da realidade contextualizada anteriormente, o CERAC apresenta uma alternativa viável e sustentável para a produção agroecológica, que visa uma verdadeira integração entre a família rural e o seu meio.

**1ª Fase:** É o momento de escolha e adequação do local com a construção de cercas e preparação da área para o plantio que se pretende.



**2ª Fase:** É o momento de definir as práticas a serem empregadas, tendo como ponto de partida a verdadeira situação que se encontra a propriedade, **nessa hora é necessário observar dois aspectos importantes que são:**

**1º aspecto:** Os recursos naturais e potenciais existente no local, que irão contribuir para a implantação e o sucesso da roça orgânica.



**2º aspecto:** Identificação da fragilidade do local referente situação de degradação ambiental ocasionada pelo homem com a prática da agricultura convencional.

## **PRÁTICAS ADOTADAS PARA IMPLANTAÇÃO E MANEJO COM A ROÇA AGROECOLÓGICA.**

### **ESCOLHA DA ÁREA:**

Compreende-se apenas, na escolha do local mais viável para implantação da roça, tendo em vista que será um local permanente de cultivo garantindo a produção sustentável para a família e a comercialização.

### **ROÇO DE REBAIXAMENTO E INCORPORAÇÃO:**

É uma prática utilizada no intuito de fazer a cobertura do solo e aproveitar todo material vegetal como uma possível fonte de matéria orgânica. É importante lembrar que normalmente os agricultores já fazem isso na preparação da roça a cada ano.



### **ROÇO PARA RALEAMENTO:**

É a retirada parcial da vegetação do local com o objetivo de abrir espaço para a introdução de algumas culturas como: feijão, milho, mandioca, batata, fruteiras e outras, aproveitando a vegetação existente como plantas companheiras.



## **PODAS DA VEGETAÇÃO NATIVA:**

É a retirada de galhos e ramos com o objetivo de abrir espaço para a entrada de sol e vento, dando assim a oportunidade para crescimento de outras plantas.



## **COBERTURA SECA:**

É a cobertura feita no solo com todo o material vegetal que foi retirado com o objetivo de proteger o solo da ação direta do sol e das chuvas e garantir por mais tempo a umidade favorável ao desenvolvimento de qualquer planta.



## **APLICAÇÃO DE ESTERCO E MATÉRIA ORGÂNICA:**

Todo esterco ou qualquer outro tipo de matéria orgânica, pode e deve ser aplicado ao solo com o objetivo de aumentar a sua fertilidade, dando assim melhores condições para o desenvolvimento das plantas.



## **PLANTIO E INCORPORAÇÃO DE PLANTAS RECUPERADORAS DO SOLO:**

Existem várias culturas que são cultivadas com o objetivo de acelerar o processo de recuperação da fertilidade do solo. As mesmas são cultivadas e no momento de sua maturação são incorporadas no solo aumentando gradativamente a sua fertilidade. Podemos



realizar essa prática com várias culturas como: muncuna preta, feijão guandu, feijão de porco e outros.

### **DIVERSIFICAÇÃO DO PLANTIO (CONTROLE BIOLÓGICO)**

A diversificação é o cultivo de várias culturas no mesmo espaço, com o objetivo de criar um ecossistema onde todas as plantas contribuam umas com as outras evitando assim o ataque específico de pragas e doenças tendo em vista que todas as plantas se fortaleçam e ajudem na defesa das outras.



### **INSETICIDAS E REPELENTE CASEIROS:**

Quando necessário utiliza-se misturas de produtos naturais como: folhas, frutos, sementes, cascas e outros com o objetivo de fortalecer a planta evitando o ataque de pragas e doenças.



### **FORMAÇÃO DE LEIRAS:**

É a junção em forma de linhas ou corredores de todo material vegetal, que foi retirado na preparação do local com o objetivo de evitar a queimada e aproveitar toda a matéria orgânica. As leiras podem ser utilizadas para o plantio de abóboras, melancia e abacaxi que irão contribuir na decomposição do material transformando tudo em adubo.



## **CURVAS DE NIVEIS:**

Todo plantio deve ser feito respeitando a declividade do terreno, com o objetivo de segurar por mais tempo a água no pé da planta, evitar fortes correntezas de água na roça que causam a erosão e empobrecer o solo tirando toda a sua fertilidade.



## **ROTAÇÃO DE CULTURAS:**

É uma dinâmica de manejo do solo para evitar o plantio permanente de uma única cultura em uma determinada área, com o objetivo de manter o solo forte, produtivo e controlar o ataque de pragas e doenças.

## **COMPOSTO ORGÂNICO:**

A compostagem é um processo biológico de decomposição de matéria orgânica que está contido em restos de origem animal ou vegetal como: estrume, folhas, papel e restos de comida, em que



os microrganismos a transformam num material semelhante ao solo de florestas, a que se chama composto.

O produto final resultante é um enriquecedor do solo, ou seja, ele poderá ser aplicado ao solo para melhorar as suas características, sem que haja uma contaminação do meio ambiente.

### **COMO PREPARAR UM COMPOSTO ORGÂNICO SIMPLES:**

Escolhe-se um local com sombra (debaixo de uma árvore) faz-se uma simples limpeza retirando pedras e excesso de areia, etc...e inicia-se a confecção do composto da seguinte maneira:

Aproveitando todo resto de vegetais (folhas, galhos, resto de culturas, resto de legumes e etc....) e faz-se uma camada de 10 a 20cm. A largura e o comprimento podem ser opcionais de acordo a quantidade de material e mão-de-obra disponível.

Em seguida joga uma pequena quantidade de água para umedecer o material.

Em seguida continua a confecção do composto colo-

cando por cima da camada de vegetais uma camada de esterco animal disponível que deve ser também umedecido no momento da colocação com uma pouca quantidade de água.

Em seguida vai repetindo as camadas de vegetais e esterco há uma altura média de 1m (um metro)

Conclui a confecção da compostagem com uma leve cobertura de material seco (palhas)

Após 15 a 20 dias, o material pode ser misturado e novamente umedecido com uma pequena quantidade de água e reorganizado na forma de monte coberto com folhas secas. Passando-se mais 15 a 20 dias o composto estará pronto para ser usado no plantio.

### **VANTAGENS:**

O composto melhora a estrutura do solo e atua como adubo.

O composto tem fungicidas naturais e organismos benéficos que ajudam a eliminar organismos causadores de doença no solo e nas plantas.

Sustentabilidade do uso e melhoramento da fertilidade do solo.

Retenção de água nos solos.

Redução da contaminação e poluição atmosférica.

Envolvimento dos cidadãos para ajudar a mudar estilos de vida.

## MODELOS DE ROÇAS AGROECOLÓGICA EM REALIDADES DISTINTAS

### Experiência 01

Roça orgânica na comunidade Currais em Batalha Piauí



Fase inicial pós plantio

Rebaixando o mato e aproveitado como adubo e cobertura morta



## Aproveitando material pós capina, como cobertura morta



Fase de produção



Período de colheita



## Experiência 02

### EXPERIÊNCIA DE ROÇA ORGÂNICA E AGROFLORESTAÇÃO NA COMUNIDADE BREJINHO DE FÁTIMA, EM LUIS CORREIA PI.

Fase inicial de raleamento na mata



Fase inicial de preparação (desbaste e raleamento)



## Fase de preparação e organização para o plantio



Fase inicial pós-plantio



Fase de evolução do plantio junto a vegetação natural (mata)



## Fase de produção e colheita



### Experiência 03

## **PRODUÇÃO DE ARROZ ORGÂNICO NA ILHA DO GOIABAL/ BANANAL, MUNICÍPIO DE ILHA GRANDE DO PIAUI.**

### Fase de produção de mudas



## Fase inicial de produção



## Fase de manejo produtivo



## Fase de produção e colheita



## Nota de utilidade pública sobre a política de agrotóxicos no Brasil

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) vem tentando, desde o início do ano, submeter à análise de seus técnicos doze produtos que são base para fabricação de mais de uma centena de agrotóxicos no país. Utilizados em lavouras de soja, arroz, milho, feijão, trigo, maçã, laranja e dezenas de outras frutas, verduras e legumes, os agrotóxicos são produzidos a partir de ingredientes ativos banidos e proibidos na União Européia, nos Estados Unidos, no Japão e na China.

Mas a ação da Anvisa foi barrada. Com pareceres favoráveis do Ministério da Agricultura, empresas brasileiras produtoras de agrotóxicos e multinacionais conseguiram na Justiça impedir o exame dos fiscais da Anvisa.

Um dos produtos foi considerado nocivo à saúde. As ações judiciais foram movidas por empresas e pelo Sindicato Nacional da Indústria de Produtos para Defesa Agrícola (Sindag), que reúne fabricantes nacionais e estrangeiros.

Com base nas liminares, a indústria do agrotóxico no Brasil continua importando e estocando esses produtos.

Os técnicos da Anvisa até conseguiram concluir a análise de dois ingredientes. O cihexatina, agrotóxico muito utilizado na plantação de laranja, foi considerado nocivo à saúde e a agência recomendou que fosse proibido seu uso no país. Experiências em ratos, coelhos e camundongos detectaram que o agrotóxico causa má-formação fetal, risco de aborto e danos à pele, visão e fígado.

Mas a empresa Sipcam Isagro Brasil recorreu e conseguiu liminar da 6ª Vara do Distrito Federal proibindo a Anvisa de adotar qualquer medida restritiva contra os defensivos agrícolas à base de cihexatina.

A Sipcam contou com a adesão do Ministério da Agricultura, que se manifestou no processo a favor da empresa e argumentou que a retirada do produto do mercado seria danosa para a empresa porque impediria o controle do “ácaro da leprose, que atinge de maneira quase letal a citricultura (cultura de laranja)”.

A Anvisa analisou também o acefato, produto apontado em estudos e alertas internacionais como cancerígeno e vetado em vários países.

Mas a empresa Arysta Lifescience do Brasil recorreu e a agência foi proi-

bida de divulgar o resultado.

Mais uma vez, a decisão da Justiça levou em conta uma intervenção do Ministério da Agricultura, que se manifestou contrário à proibição do uso do acefato.

Uma terceira ação foi movida pelo setor, dessa vez pelo Sindag. Numa decisão só, uma liminar da 13ª Vara Federal suspendeu a reavaliação de nove ingredientes ativos usados na fabricação de 99 agrotóxicos.

Entre esses produtos está o paration metílico, que foi proibido na China em 2007.

Barrado na China, importado pelo Brasil Dados de evolução de exportação do Sistema Integrado de Comércio Exterior (Siscomex), ligado ao Ministério do Desenvolvimento e Comércio, revelam que há crescimento da entrada no Brasil desses agrotóxicos, à medida que essas substâncias são proibidas em outros países. O paration é um exemplo.

Desde que foi banido da China, em 2006, a importação brasileira do produto duplicou de um ano para outro.

Saltou de 2,3 milhões de quilos em 2006 para 4,6 milhões de quilos em 2007.

Outro agrotóxico que conquistou maior fatia do mercado brasileiro foi o carbofuran, proibido na União Européia em 2005. Em apenas dois anos, a importação saiu de cerca de um milhão de quilos para dois milhões de quilos.

*\*Agência diz que decisão põe população em risco\**

Representante do ministério critica posição do órgão e nega atuação em favor de empresas.

A divergência entre Anvisa e Ministério da Agricultura aparece nas atas de duas reuniões do Comitê Técnico de Assessoramento de agrotóxicos, composto por representantes das duas áreas, além de técnicos do Ibama. A função desse comitê é analisar pedidos de registro de agrotóxicos. Em duas reuniões, em julho e agosto, a Anvisa demonstrou sua insatisfação com a atuação do pessoal da Agricultura, contrário à reavaliação das substâncias.

“A Anvisa lamentou a postura do Ministério da Agricultura, que não se manifestou durante reunião de reavaliação e, com procedimento ainda

em andamento, manifestouse ao Judiciário. A Anvisa afirma que com este tipo de postura há uma quebra de confiança entre os órgãos, pois internamente, frente à Anvisa, o ministério se manifesta de uma forma e perante o Judiciário se manifesta de outra”, diz a ata, publicada na página do próprio Ministério da Agricultura.

A gerente de Normatização e Avaliação da Anvisa, Leticia Rodrigues da Silva, reafirmou o teor da ata e disse que a falta de reavaliação é uma ameaça à saúde dos agricultores e dos consumidores. Ela julga absurda a decisão que proíbe essas novas análises e até a publicação de exames já concluídos.

- É uma situação que coloca a população em riscos inaceitáveis.

São produtos que são usados em toneladas por agricultores. Alguns desses produtos são extremamente tóxicos e podem matar com pequenas quantidades. E é um risco coletivo, que atinge muitas pessoas que você não consegue identificar quem são. A decisão da Justiça é preocupante e nos torna impotente - disse Leticia Rodrigues.

“Prevalece assembleísmo”, diz diretor do ministério Girabis Evangelista Ramos, diretor do Departamento de Fiscalização de Insumos Agrícolas do Ministério da Agricultura, afirmou que não é contrário às reavaliações de produtos e que essas reanálises sempre ocorreram. Ele reconheceu as divergências com a Anvisa e disse que as posições do ministério nunca são aceitas pelo setor da saúde e que as discussões no comitê não são técnicas.

- Prevalece um assembleísmo e não aceitam as nossas ponderações - disse Girabis Ramos.

O diretor negou que o ministério tenha atuado em favor das empresas nos processos e que só se posicionou porque a Justiça questionou sobre os casos. Girabis afirmou ainda que as informações prestadas aos juízes constam nos registros dos produtos, que foram aprovados pelos setores da agricultura, da saúde e do meio ambiente.

- E são produtos que estão no mercado brasileiro há 40 anos. Só agora se descobre que causam danos à saúde?! Claro que, se ficar comprovado que fazem mal, seremos os primeiros a pedir que sejam proibidos.

\*Nota do EcoDebate:\* em relação à Anvisa e a fiscalização de agrotóxicos.

# FICHA TÉCNICA

## Realização



Centro Regional de Assessoria e Capacitação (CERAC)  
Av. Armando Cajubá Nº 3233 - Bairro Ceará - Parnaíba-PI  
CEP: 64.215-580 Fone (86) 3322-9130  
E-mail: cerac-piaui@bol.com.br / cerac-pi@hotmail.com

## Parceiros:

- Sindicato dos Trabalhadores e Trabalhadoras Rurais de:
  - Luis Correia-PI;
  - Ilha Grande do Piauí-PI
  - Batalha-PI
  - Esperantina-PI
  - Caraúbas do Piauí-PI
  - Pedro II-PI
  - Piripiri-PI
  - Milton Brandão-PI
- Associação agroecológica terra de Libertação-Luis Correia-PI
- Comunidade Saco do Monte Belo-Piracuruca-PI
- Comunidade Baixa do Jardim-Luis Correia-PI
- Comunidade Ilha do Bananal-PI
- Comunidade Ilha do Goiabal-PI

## Elaboração

Equipe Técnica do CERAC

## Fotos e Textos:

Paulo José da Silva Anjos  
José Maria Saraiva  
Milton da Costa  
Benoît Otte

## Revisão Ortográfica

Maria Auxiliadora R. de Araújo  
José Maria Saraiva

## Diagramação

Ricardo Mapurunga





## MISSÃO

Transformação da realidade local através da capacitação e organização incluindo e respeitando as relações de gênero e o ecossistema visando o desenvolvimento sustentável e a construção da cidadania