

**CEDI**

**Povos Indígenas no Brasil**

Fonte GAZETA DO POVO Class.: 64

Data 15/10/85 Pg.: \_\_\_\_\_

**Índio ensina como  
evitar a obesidade**

Os três pós brancos (farinha, açúcar e sal) utilizados na alimentação da pessoa concorrem intensivamente para a obesidade, inclusive com uso paralelo às gorduras brancas dos animais. A informação do professor Moysés Paciornik está contida no seu trabalho "Lições Aprendidas dos Índios das Flores-  
tas Brasileiras", atualmente em revisão na editora.

O índio não encontra no mato os três pós brancos, porque come frutas, raízes, carnes, peixes e outros bichos da água, sendo que com esta dieta estará livre de muitas doenças que acometem os brancos. E aconselhou a evitar também gorduras de animais.

Não precisa comer mal nem passar fome: basta comer certo, discorre o autor. Com isto evita-se a obesidade. O câncer do endométrio (mucosa uterina) atinge as mulheres gordas, informou o professor Moysés. Gordura e hipertensão se associam.

— "Fas (farinha, açúcar e sal): faça certo que o lucro é seu" — disse ele.

Sobre o assunto o professor coloca a possibilidade também de doenças (do homem branco) que os índios não tem, frequentemente como arteriosclerose, calvície, envelhecimento precoce, etc.

O trabalho tem um determinado trecho denominado "Comer certo os três pós brancos" que e onde analisa a informação no que se refere à alimentação do homem branco em diferença com a do índio, objeto de análise de seu estudo naquela publicação.