

O RESGATE DO USO DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS EM ESCOLAS DE CERRO BRANCO E NOVO CABRAIS – RS

Educação

Coordenador da atividade: Janessa Aline ZAPPE¹

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

Autores: Rosana MORAES²; Viviane FRESCURA³; Jaqueline ANSCHAU⁴.

Resumo

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) podem desempenhar importante papel ecológico, econômico, medicinal e alimentar. Dessa forma, através desse trabalho, propõe-se investigar os conhecimentos prévios sobre PANC de estudantes e servidores das escolas de Cerro Branco e Novo Cabrais - RS e promover palestras e degustações de alimentos produzidos a partir dessas plantas, com o objetivo de resgatar o uso de PANC no dia a dia da comunidade escolar. As atividades implementadas englobam a aplicação de questionário sobre PANC, a realização de palestras, jogo adaptado e a degustação de alimentos produzidos a partir de PANC encontradas na região. Com relação aos resultados dos questionários, apenas dezoito, de duzentos e quatorze participantes, conheciam as PANC. A amora é a PANC mais conhecida e consumida pelos alunos e servidores das escolas. Além disso, a maioria dos participantes conhecem algumas PANC como chuva de ouro, dente de leão e palma forrageira, que praticamente não são utilizadas, por eles, na alimentação. Através das atividades do projeto, os participantes conheceram e reconheceram as PANC e entenderam que o resgate do uso e a valorização dessas espécies representam ações educativas importantes nos aspectos ambiental, cultural, econômico, social e nutricional. O desafio proposto no presente trabalho é disseminar os conhecimentos sobre PANC, propondo a inserção dessas plantas na alimentação e no cotidiano dos alunos e servidores das escolas envolvidas.

Palavra-chave: PANC; educação; alimentação saudável.

Introdução

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC), denominadas por muitos como ervas daninhas, inços ou invasoras, podem desempenhar importante papel ecológico, econômico e medicinal, e mesmo em desuso pela maior parte da população, podem ser alimentícias (KINUPP; LORENZI, 2014).

¹ Janessa Aline Zappe, servidor técnico-administrativo.

² Rosana Santos de Moraes, aluno, Engenharia Agrícola.

³ Viviane Dal-Souto Frescura, servidor docente, Engenharia Agrícola.

⁴ Jaqueline Rambo Anschau, aluno, Engenharia Agrícola

Devido ao desconhecimento das PANC, considera-se importante o desenvolvimento de ações educativas para modificar hábitos alimentares e inserir essas plantas na alimentação. Além disso, são de grande importância ações voltadas à identificação correta das espécies.

Nesse sentido, Kinupp e Barros (2007) fizeram um levantamento botânico na região de Porto Alegre - RS e encontraram duzentos e oitenta espécies de PANC que podem ser utilizadas para o preparo de bebidas, temperos, refogados, *in natura*, saladas e doces. Entretanto, ainda são escassas as pesquisas que buscam a disseminação de conhecimentos sobre PANC às comunidades.

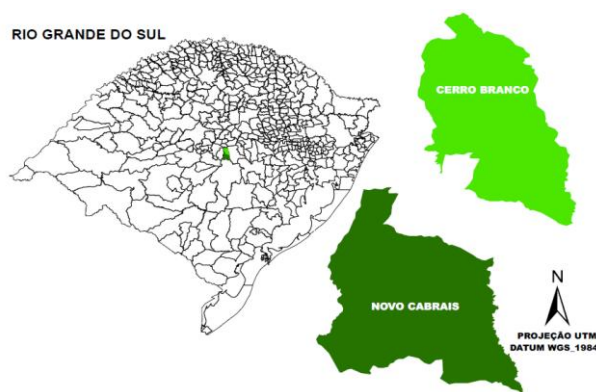
Para a realização do projeto que originou o presente trabalho, os acadêmicos participantes precisaram aplicar os conhecimentos adquiridos nas disciplinas do curso de Engenharia Agrícola, como Botânica Agrícola Geral. Além disso, os resultados de investigações sobre PANC na região também foram utilizados, integrando ensino e pesquisa à proposta de extensão.

Dessa forma, objetivou-se, através deste trabalho, investigar os conhecimentos prévios sobre PANC, realizar palestras e promover degustações de alimentos produzidos com PANC, envolvendo alunos e servidores de escolas de Ensino Médio, localizadas nos municípios de Cerro Branco e Novo Cabrais - RS, com a finalidade de resgatar o uso das PANC.

Metodologia

O projeto foi executado em duas escolas de Ensino Médio: a Escola Estadual de Ensino Médio Ruy Barbosa, localizada no município de Novo Cabrais - RS e o Colégio Estadual Cerro Branco, localizado no município de Cerro Branco - RS (Figura 1).

Figura 1: Localização do município de Cerro Branco e Novo Cabrais no estado do Rio Grande do Sul.



Fonte: Autores.

Os alunos e servidores das instituições de ensino participaram de encontros, que tiveram como atividades a aplicação de questionários (Quadro 1) e palestras sobre PANC. Além disso, no Colégio Estadual Cerro Branco, os estudantes participaram de um jogo, adaptado da batalha naval, com finalidade de incentivá-los a conhecer e saborear PANC.

Quadro 1: Perguntas do questionário.

Dados da pessoa entrevistada: Sexo:	Idade:
Sabe o que são Plantas Alimentícias Não Convencionais? - Em caso afirmativo:	
Como conheceu as Plantas Alimentícias Não Convencionais?	
Quais Plantas Alimentícias Não Convencionais você conhece?	
Consome Plantas Alimentícias Não Convencionais? - Em caso afirmativo:	
Quanto tempo faz que consome Plantas Alimentícias Não Convencionais?	
De que maneira consome?	
Cultiva Plantas Alimentícias Não Convencionais?	
Frequência de consumo: () diária () semanal () esporádica	
Quais são os motivos de consumir esse tipo de plantas?	
Achas que essas plantas poderiam constituir uma parte substancial da dieta?	
Com o auxílio da cartilha peça ao entrevistado que enumere as páginas em que constam plantas que ele(a):	
- Reconhece	
- Consome	

Fonte: Adaptado de ERICE (2011).

Ao final das atividades, os participantes foram convidados a degustar alimentos preparados com PANC. Algumas das PANC utilizadas na degustação foram: amora, beijo-turco, butiá, malvavisco, mirtilo, ora-pro-nóbis, picão branco, pimenta rosa e pitanga. Essas plantas foram utilizadas no preparo de pães, geleias, bolos, pizza, recheio para barquetes, além do consumo *in natura*.

Desenvolvimento e processos avaliativos

Com relação ao desenvolvimento das atividades, no primeiro momento, durante a aplicação do questionário, foram apresentadas aos participantes exemplos de PANC encontradas na região (Quadro 2), através de imagens, nomes científico e popular e características botânicas, com o objetivo de compreender o que a comunidade escolar sabe sobre essas plantas.

Quadro 2: Informações sobre PANC encontradas na região utilizadas para responder o questionário.

Família Botânica	Nome Científico	Nome Popular
Cactaceae	<i>Nopalea cochenillifera</i> (L.) Salm-Dyck	Palma Forrageira
Asteraceae	<i>Hypochaeris chillensis</i> (Kunth) Britton	Radite
Asteraceae	<i>Bidens pilosa</i> L.	Picão Preto
Araceae	<i>Xanthosoma violaceum</i> Schott	Taioba Roxa
Caricaceae	<i>Carica papaya</i> L.	Mamoeiro
Portulacaceae	<i>Talinum paniculatum</i> (Jacq.) Gaertn	Maria Gorda
Fabaceae	<i>Cassia fistula</i> L.	Chuva de Ouro
Amaryllidaceae	<i>Nothoscordum gracile</i> (Aiton) Stearn	Cebolinha de Tropeiro
Asteraceae	<i>Galinsoga quadriradiata</i> Ruiz & Pav	Picão Branco
Anacardiaceae	<i>Schinus terebinthifolius</i> Rddi	Pimenta Rosa
Myrtaceae	<i>Eugenia uniflora</i> L.	Pitanga
Chenopodiaceae	<i>Sarcocornia fruticosa</i> (L.) A.J. Scott	Planta do Sal
Asteraceae	<i>Galinsoga parviflora</i> Cav.	Guasca
Crassulaceae	<i>Kalanchoe fedtschenkoi</i> Raym.-Hamet & H. Perrier	Saião Fantasma
Malvaceae	<i>Malvaviscus arboreus</i> Cav.	Malvavisco
Commelinaceae	<i>Tripogandra diuretica</i> (Mart.) Handlos	Trapoeraba
Malvaceae	<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.	Hibisco
Asteraceae	<i>Taraxacum officinale</i> F.H. Wigg	Dente de Leão
Arecaceae	<i>Suagrus romanzoffiana</i> (Cham.) Glassman	Jerivá
Bignoniaceae	<i>Handroanthus chrysotrichus</i> (Mart. ex DC.) Mattos	Ipê-amarelo
Plantaginaceae	<i>Plantago australis</i> Lam.	Tansagem
Moraceae	<i>Morus nigra</i> L.	Amora
Myrtaceae	<i>Psidium cattleianum</i>	Araçá
Agavaceae	<i>Yucca guatemalensis</i> Baker	Pata de elefante
Balsaminaceae	<i>Impatiens walleriana</i> Hook. f.	Beijinho Turco
Amaranthaceae	<i>Amaranthus spinosus</i> L.	Caruru de Espinho
Arecaceae	<i>Butia odorata</i> (Barb. Rodr.) Noblick & Lorenzi	Butiá
Asteraceae	<i>Conyza bonariensis</i> (L.) Cronquist	Buva
Brassicaceae	<i>Coronopus didymus</i> (L.) Sm.	Mentruz
Fabaceae	<i>Glycine max</i> (L.) Merr.	Soja
Amaranthaceae	<i>Amaranthus deflexus</i> L.	Caruru
Fabaceae	<i>Inga Marginata</i>	Ingá Mirim
Asteraceae	<i>Hypochaeris radicata</i> L.	Radite Peludo
Asteraceae	<i>Sonchus oleraceus</i> L.	Serralha
Tropaeolaceae	<i>Tropaeolum majus</i> L.	Capuchinha

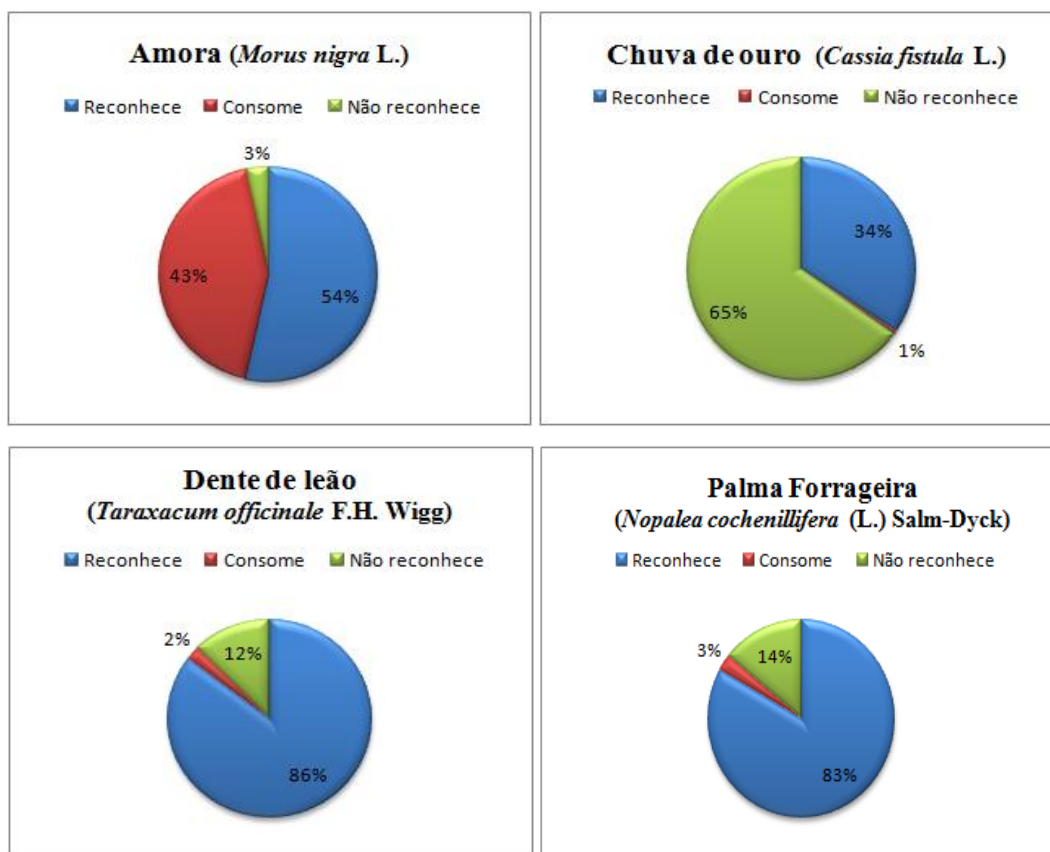
Fonte: Adaptado de KINUPP; LORENZI (2014).

Como resultados da aplicação do projeto, pode-se citar que, através da análise de duzentos e quatorze questionários, foi possível identificar que apenas dezoito participantes

conheciam PANC, através de internet, programas de televisão, livros e conversas com vizinhos.

Além disso, a planta mais consumida é a amora (Gráfico 1-a). Podem-se citar outras PANC, como a chuva de ouro (Gráfico 1-b), dente de leão (Gráfico 1-c) e a palma forrageira (Gráfico 1-d), que a maioria dos alunos e servidores conhece (65%, 86% e 83%, respectivamente), mas poucos as consomem (1%, 2% e 3%, respectivamente).

Gráficos 1: a (Amora); b (Chuva de ouro); c (Dente de leão); d (Palma Forrageira) - Resultados da última pergunta do questionário (Reconhece; Consome; Não reconhece).



Fonte: Autores.

Após a aplicação do questionário, no segundo momento, foi ministrada uma palestra sobre PANC, abordando a importância nutricional, ecológica e ambiental dessas plantas, que ocorrem nos biomas Mata Atlântica e Pampa.

No terceiro momento, através do jogo, pode-se perceber o envolvimento dos alunos para acertar as questões propostas para poder provar os alimentos feitos com PANC. Através da degustação desses alimentos, os estudantes vivenciaram novas experiências alimentares e poderão modificar a sua alimentação, inserindo as PANC.

Considerações Finais

Com o desenvolvimento das atividades do projeto, os participantes conheceram e reconheceram as PANC e entenderam que o resgate do uso e a valorização dessas espécies representam ganho importante nos aspectos ambiental, cultural, econômico, social e nutricional. Além disso, a maioria das PANC abordadas ao longo da palestra era conhecida pelos participantes, e o desafio é inseri-las nas refeições, diversificando seus hábitos alimentares, e disseminar essas informações às comunidades da região.

Referências

ERICE, A. S. **Cultivo e comercialização de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC's) em Porto Alegre, RS.** Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto de Biociências, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011. 48 p.

KINUPP, V. F.; BARROS, I. B. I. Riqueza de Plantas Alimentícias Não Convencionais na Região Metropolitana de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Biociência**, v. 5, p. 63-65, 2007.

KINUPP, V. F.; LORENZI, H. **Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil:** Guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas. Instituto Plantarum: São Paulo. 2014. 768p.