



Popularizando as plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Sul do Brasil

Popularizing non-conventional food plants (PANC) in southern Brazil

VALENTE, Camila Oliveira¹; DORES, Gabriel Henrique Silva²; SEIFERT JR, Carlos Alberto³; DURIGON, Jaqueline⁴

¹Universidade Federal do Rio Grande, kmilavalente1@gmail.com; ²Universidade Federal do Rio Grande, gabrielhenriquedores@gmail.com; ³Universidade Federal do Rio Grande do Sul, carlosalberto@furg.br; ⁴Universidade Federal do Rio Grande, jaquelinedurigon@gmail.com

Tema gerador: Biodiversidade e Bens Comuns dos Agricultores, Povos e Comunidades Tradicionais

Resumo: O Brasil detém uma grande biodiversidade ainda pouco explorada quanto ao seu potencial alimentício. Poucas espécies são comercializadas e conseqüentemente, consumidas pela população brasileira. Neste contexto, as PANC representam uma grande oportunidade para a diversificação alimentar, produtiva e nutricional. Em face disso, está sendo desenvolvido no Sul do Brasil o projeto de “POPularização” das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC POP) com o objetivo de capacitar agricultores a identificar as espécies de PANC locais e incentivar sua comercialização, além de instruir os consumidores dos benefícios de uma alimentação biodiversa. Dentre os principais resultados, percebe-se que as PANC estão sendo reconhecidas pelos agricultores e demandadas pelos consumidores. Ademais, o projeto tem contribuído para um acúmulo de conhecimento para o tema, a partir do desenvolvimento de estudos nos níveis de graduação e de pós-graduação, com importantes resultados.

Palavras-chave: Agricultura Familiar; Biodiversidade; Plantas Comestíveis; Soberania Alimentar.

Keywords: Family Farming; Biodiversity; Edible Plants; Food Sovereignty.

Contexto

A produção de alimentos é um dos principais setores da economia globalizada, a qual se volta à eficiência produtiva, oferta, distribuição e minimização de custos. Em razão disso, a alimentação humana se tornou homogênea e monótona, restrita a poucas espécies e com uma baixa diversidade de nutrientes. Associado a isso, nota-se um aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, agravando aspectos de saúde coletiva, devido à diminuição da qualidade nutricional das dietas (ESTEVE, 2017).

A base da alimentação dos brasileiros, na atualidade, é semelhante, independente da região, e descolada da realidade biodiversa do país, considerada a maior do mundo em termos de espécies vegetais. Neste sentido, cabe destacar que, das cerca de 30.000 espécies de plantas conhecidas no Brasil, acredita-se que pelo menos 10% delas possuam partes comestíveis (KINUPP; LORENZI, 2014). Outro fator interessante é que grande parte das espécies vegetais cultivadas e ofertadas no grande mercado no Brasil são exóticas, ou seja, não têm origem no território



brasileiro. A grande maioria dos alimentos ingeridos pelos brasileiros é originária do continente asiático ou europeu (RAPOPORT et al., 1998; KINUPP; LORENZI, 2014). Sendo assim, a maioria das aproximadas 3.000 espécies nativas com potencial alimentício citadas, não está incluída no mercado de alimentos.

Cabe destacar também que, além das espécies nativas, existe um grande número de espécies exóticas que se naturalizaram no território brasileiro com grande potencial alimentício. Estas plantas ou parte de plantas (nativas ou exóticas) que não estão presentes no dia a dia da grande maioria da população acabam por ser subutilizadas ou mesmo completamente negligenciadas. São, portanto, plantas com baixa ou nula comercialização e recebem o título de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) (KINUPP; LORENZI, 2014).

O desconhecimento destas espécies, suas formas de manejo e seus potenciais econômicos e nutricionais fazem com que as PANC não sejam disponibilizadas amplamente, reduzindo o potencial para as economias familiares. Considerando que grande parte dos alimentos consumidos no Brasil é produzida pela agricultura familiar, se faz necessário o resgate e a apropriação dos conhecimentos sobre as PANC pelos agricultores, na busca pela soberania alimentar e qualidade nutricional. Além disso, considerando a rusticidade de ampla parcela destas plantas, o extrativismo, bem como o cultivo das PANC, podem representar uma complementação de renda para o agricultor.

Por outro lado, quando as PANC são ofertadas, ainda que em mercados locais, há certa desconfiança por parte dos consumidores, os quais estão habituados aos alimentos mais comuns (KINUPP; BARROS, 2004; JUSTEN et al., 2013). Tal fato traduz a necessidade de formulação de ações que envolvam tanto os agricultores quanto os consumidores, de forma a incentivar seu uso (produção e consumo). Sendo assim, informações sobre as formas de coleta, utilização e propriedades nutricionais destas plantas devem ser amplamente divulgadas, proporcionando maior segurança no consumo.

Neste contexto, diversas ações ligadas ao projeto de extensão PANC POP: Popularizando o Uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais, da Universidade Federal do Rio Grande (FURG), têm sido realizadas desde o ano de 2017, junto à comunidade de São Lourenço do Sul e região, no estado do Rio Grande do Sul. As atividades visam principalmente capacitar agricultores e consumidores a reconhecerem as PANC como alimentos e fortalecer sua produção e consumo, resgatando os saberes populares e contribuindo para a soberania alimentar e qualidade de vida da população.

Descrição da Experiência

No ano de 2017, com base na literatura especializada e nas experiências dos agricultores que participam da feira livre do município, foi elaborada uma lista de referência de espécies de PANC, as quais têm ocorrência registrada no município de



São Lourenço do Sul e no seu entorno, e que são de fácil reconhecimento e obtenção. A partir desta lista, deu-se início à etapa do projeto denominada de “sensibilização”, que incluía ações na forma de oficinas. As mesmas compreendiam: noções de coleta e identificação das espécies de plantas alimentícias não convencionais; informações sobre os principais usos, formas de uso e propriedades nutricionais das PANC mais comumente encontradas localmente; atividades práticas de preparação de pratos à base de PANC e degustação de PANC locais.

Foram realizadas 10 oficinas, no período de março de 2018 a maio de 2019, em diferentes espaços e com diferentes públicos, envolvendo estudantes da Universidade Federal do Rio Grande (FURG), agricultores locais e regionais e consumidores. Uma delas, realizada na feira livre do município em comemoração a Semana do Alimento Orgânico de 2018 foi um grande marco. A oficina levou a preparação e a degustação de pratos com PANC para o espaço de comercialização de alimentos produzidos pela agricultura familiar, junto à Praça Central do município. Essa forma de abordagem chamou atenção não só do público usual, mas de outras pessoas que frequentam a Praça para outros fins. O principal elemento observado foi a troca de informações entre as pessoas presentes, especialmente sobre as questões nutricionais, visto que, as PANC são uma ótima opção na diversificação da alimentação, proporcionando uma alimentação mais saudável.

No final do ano de 2018, o projeto iniciou a etapa de “formação”, com a realização de um evento. O I AGROPANC contou com oficinas e espaços de discussão sobre PANC, tendo a participação de agricultores, estudantes e da comunidade local e regional. O evento iniciou com a palestra do Dr. Valdely Kinupp, professor no Instituto Federal do Amazonas (IFAM), especialista no tema. A palestra girou em torno das plantas nativas e seu potencial como recurso alimentar, apresentando formas de consumo, bem como uma alternativa de comercialização para os agricultores e agricultoras locais. Em seguida realizaram-se “Pancaminhadas” com pequenos grupos, conduzidas pelo especialista, para identificação e observação de algumas espécies PANC. Paralelamente, ocorreram oficinas de preparações de receitas com PANC e os alimentos preparados foram oferecidos num café ao final do dia.

No segundo dia do mesmo evento, as atividades ocorreram na feira livre da cidade de São Lourenço do Sul, com o propósito de conhecer e dialogar com os agricultores locais e, em seguida, foi servido um almoço PANC para todos os participantes da atividade. Na seqüência, ocorreu uma roda de conversa com o Dr. Valdely Kinupp, onde os agricultores e o público participante puderam trocar experiências, tirando dúvidas e vislumbrando possibilidades de produção, de comercialização e de consumo de PANC locais.

Apesar do projeto ter avançado para a etapa de formação no final do ano de 2018, as oficinas de sensibilização tiveram continuidade no ano de 2019, sendo oferecidas em diversas localidades da região. Espaços como assentamentos, escolas, Universidades da Região Sul, entre outros, que demandaram este tipo de atividade



foram visitados pela equipe do projeto, sendo as oficinas adaptadas de acordo com o interesse de cada público. Podem ser citados como exemplos de grupos e locais visitados: a) o Assentamento Herdeiros da Luta, na localidade do Remanso, município de Canguçu, RS, no qual se discutiu sobre algumas espécies PANC encontradas naquele território, sobre a forma de coleta e preparo das mesmas; b) a Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), em Laguna, SC, durante a semana acadêmica integrada dos cursos de Engenharia de Pesca e Ciências Biológicas, onde se discutiu a importância da diversificação na alimentação e consequente ingestão de maior diversidade de nutrientes na dieta; c) o Centro de Educação Ambiental da Mata Atlântica (CEAMA), em São Lourenço do Sul, RS, onde os estudantes e professores do Instituto Federal de Pelotas (IFRS) conheceram espécies de PANC nativas da Mata Atlântica e espécies cultivadas por um agricultor agroecológico local, além de degustarem as frutas encontradas e os pratos preparados pela equipe do projeto.

Para todas as oficinas, foram criados folders de divulgação contendo informações sobre as principais espécies de PANC locais, tais como: nome científico, partes utilizadas e formas de uso, propriedades nutricionais, fotos e receitas realizadas na oficina. Além dos folders, também foi criada a logomarca do projeto PANC POP, que passou a ser a identidade visual do projeto, utilizada em diversas peças de divulgação, tais como: camisetas, banners, folders e canecas.

Cabe ressaltar que todas as PANC utilizadas nas atividades do projeto foram adquiridas com os agricultores, fortalecendo a rede agroecológica local, ampliando a troca de saberes populares, além de estimular os agricultores, principalmente aqueles que participam de feiras, a consumirem e a comercializarem essas plantas.

Resultados

Um dos principais resultados da etapa inicial de sensibilização foi o resgate de memórias e conhecimentos tradicionais locais sobre as PANC. Grande parte das espécies era reconhecida pelo público participante das oficinas como medicinais, mas não alimentícias. Outras espécies eram relatadas como de uso no passado, sendo que, atualmente, não são consumidas com frequência ou não são consumidas. Dessa forma, as atividades realizadas geraram uma interlocução entre os agricultores e entre agricultores e consumidores sobre a perda de hábitos de uso de algumas espécies e novas possibilidades de alimentos.

A degustação de receitas preparadas nas oficinas possibilitou uma diminuição no estranhamento do público quanto às PANC, porém, ainda há muita restrição, e quiçá preconceito. Isso pode ser atribuído ao fato de que muitas espécies são consideradas como daninhas, além de não serem encontradas em gôndolas de supermercados.

Avançando para a etapa de formação, o I AGROPANC foi um momento importante para o fortalecimento do projeto, pois aproximou agricultores e consumidores, além



de trazer maior base técnica para a produção e o consumo das PANC. Como resultado, percebeu-se um maior interesse e segurança de ambos – agricultores e consumidores - em relação às PANC, o que está relacionado ao aumento da capacidade de reconhecimento das espécies e seus usos. Dessa forma, houve um impacto direto nas relações de oferta e procura na feira livre de São Lourenço do Sul, onde os agricultores passaram a disponibilizar mais espécies de PANC, as quais têm sido bem aceitas pelos consumidores.

No que se refere aos agricultores, percebeu-se que grande parte do que antes era considerada “inço” – plantas que nascem espontaneamente e são consideradas de pouco ou nenhum valor para o mercado - ou ainda, daquelas espécies que somente eram consumidas em casa, agora tem espaço garantido semanalmente nas bancas da feira, gerando renda sem custos adicionais para a propriedade. Paralelamente, os consumidores, na busca por uma alimentação mais diversa e rica nutricionalmente, tem inserido pouco a pouco as PANC em sua alimentação. E, como a comercialização das PANC, pelo menos na região, é uma exclusividade das feiras, o interesse mútuo de agricultores e consumidores têm impulsionado e fortalecido esses espaços

No meio acadêmico, um importante indicador da valorização desta temática é o desenvolvimento de trabalhos de conclusão de curso e dissertações de mestrado sobre PANC no município e região. Além disso, os cafés e a alimentação em eventos, como semanas acadêmicas e formaturas, têm incluído muitas espécies de PANC.

Por fim, a partir das ações do projeto PANCPOP, as PANC têm se tornado um complemento de renda para os agricultores e uma forma de diversificação alimentar para todos.

Referências bibliográficas

ESTEVE, E.V. **O Negócio da Comida: quem controla nossa alimentação?** São Paulo: Expressão Popular, 2017. 269 p.

JUSTEN, J. G. K. et al. Uso de plantas nativas alimentícias em Santa Catarina. **Revista Agropecuária Catarinense**, Florianópolis, v.26, n.2, p.92-96, jul. 2013.

KINUPP, V. F; BARROS, I. B I. Levantamento de dados e divulgação do potencial das plantas alternativas no Brasil. **Horticultura brasileira**, v. 22, n. 2, 4p. Julho 2004.

KINUPP, V. F; LORENZI, H. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas.** São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014. 768p

XI CBA
Congresso
Brasileiro de
Agroecologia
Ecologia de Saberes:
Ciência, Cultura e Arte nos
Sistemas Agroalimentares



RAPOPORT, E.H. et al. Malezas comestíveis - Hay Yuyos y Yuyuos...**Ciencia Hoy**, v. 9, n. 49, p. 30-43, Nov/Dez. 1998.