



PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS NAS COMUNIDADES AGRÍCOLAS: RESGATE DE HÁBITOS ALIMENTARES TRADICIONAIS PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

Autores: Érica Garz FERNANDES¹; Júlia Oro POPP²; Tiago Fambomel de Sucena BOTELHO³; Joeci Ricardo GODOI⁴; Renata OGUSUCU⁵.

Identificação autores: ¹Bolsista PIBIC-EM/CNPq, aluna do Curso Técnico Integrado em Controle Ambiental, IFC–Campus Camboriú; ²Aluna do Curso Técnico Integrado em Controle Ambiental, IFC–Campus Camboriú; ³Aluno do Curso Técnico Integrado em Controle Ambiental, IFC–Campus Camboriú; ⁴Técnico de Laboratório, IFC–Campus Camboriú; ⁵Orientadora, professora do IFC–Campus Camboriú.

RESUMO

As plantas alimentícias não convencionais (PANC) formam um grupo variado de espécies de crescimento espontâneo, frequentemente consideradas como daninhas. Apesar de existirem relatos de seu consumo por humanos, as PANC são raramente comercializadas e, por isso, acabaram sendo esquecidas. Com o propósito de conhecer melhor essas plantas e os hábitos alimentares tradicionais foram realizadas visitas e entrevistas com pequenos agricultores da região de Camboriú. A partir dessas conversas, concluímos que há uma forte corrente que busca a propagação de informações alimentares, fitoterápicas e culturais dessas plantas tão corriqueiras em nosso dia-a-dia e, ainda assim, negligenciadas pelo todo.

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A hegemonia de certos alimentos que existe em nossas dietas, dia após dia, é palpável. A produção de poucas espécies de plantas, em ampla escala, torna nossa alimentação pouco variada e, em certo ponto, maçante. Uma saída para esse problema seria o incentivo ao consumo de plantas alimentícias não convencionais, as chamadas PANC.

Apesar de serem consumidas por alguns agricultores e escassos moradores da região, elas quase não estão disponíveis para a população em geral, visto que não há demanda. Isso acontece porque a nossa cultura alimentar é a dos produtos processados, embalados, obtidos em mercados e propagados pela mídia. E PANC acabam não sendo comercializadas por serem espécies de crescimento espontâneo, o que tira delas seu valor comercial. Além disso, muitas PANC também são consideradas “daninhas”, e por isso logo rejeitadas como alimento.

Observa-se a utilização de PANC por comunidades pequenas, agrícolas ou rurais, onde a influência midiática não é predominante. Nesse contexto torna-se



importante aprender com os agricultores da localidade de Camboriú, afim de divulgar o conhecimento, problematizar os preconceitos e eternizar os usos das PANC, convergindo para um (a) aumento na qualidade de alimentos, (b) valorização de espécies e da cultura da região, (c) diversificação da renda familiar e (d) uma alimentação saudável e de fácil acesso a todos.

METODOLOGIA

Foram realizadas visitas e entrevistas a pequenos agricultores, a fim de conhecer os seus hábitos alimentares e as plantas não comercializadas em larga escala, mas que são consumidas por eles como alimentos ou com fins medicinais. Foram registradas também informações sobre as formas de consumo dessas plantas. A identificação das amostras coletadas foi realizada através de consulta à bibliografia específica, como Kinupp e Lorenzi (2014), Souza e Lorenzi (2005), Joly e Thonner (1981) e Souza e Lorenzi (2014), além de sites como o World Wide Flowering Plant Family Identification (PHILLIPS, 2005).

Após a identificação das PANC, foi realizada uma pesquisa bibliográfica para a caracterização dos usos comuns dessas espécies na alimentação ou como planta medicinal. Para isso, foram consultados sites e blogs na internet, além de trabalhos científicos e livros de referência como o de Kinupp e Lorenzi (2014). As informações taxonômicas das PANC coletadas, as fotos e as informações sobre os usos medicinal e na alimentação dessas espécies foram compiladas na forma de catálogo para referência futura.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A introdução das plantas alimentícias não convencionais no dia-a-dia da população é algo relativamente novo, mesmo que a utilização dessas plantas, anterior à denominação PANC, seja de longa data. Com o intuito de observar a relação dessas espécies com diversos públicos, foram realizadas entrevistas com um casal de produtores rurais, uma gastrônoma e uma nutricionista (aqui denominados de entrevistados A, B e C, respectivamente). A e B atuam no Vale do



Rio Itajaí, em Santa Catarina. Já o trabalho de divulgação realizado por C tem abrangência nacional.

Em áreas rurais, a presença de PANC é maior, convivendo lado a lado com as monoculturas, mas são espécies tidas como “daninhas” e têm seus aspectos nutricionais ignorados. Entretanto, assim como em diversas comunidades, o conhecimento dessas chega em algumas produções agrícolas. Quando indagados sobre a descoberta do universo das PANC, os agricultores entrevistados relataram:

Nós tirávamos muitas ervas daninhas no início. Como um dos métodos de cultivo agroecológico que a gente faz muito é o arranque manual delas, víamos que existiam muitas plantas que se destacavam. A gente já tinha ouvido falar da ora-pro-nobis, que é a mais conhecida, e aí começamos a identificar algumas, e através de encontros com produtores descobrimos que elas eram as PANC. Conhecemos os estudos do Valdely Kinnup e do Harri Lorenzi com a editora Plantarum onde eles fizeram aquele livro, uma pesquisa em Porto Alegre, que identificou 300 espécies de PANC. Começamos a buscar e identificar algumas que a gente tinha na nossa propriedade, geralmente de acordo com essa nossa demanda de retirada das ervas daninhas dos canteiros, aí que foi surgindo as mais comuns e com certeza ainda existem muitas pra gente descobrir.

A entrevistada C também declarou conhecer as plantas alimentícias não convencionais através dos estudos de Kinnup e Lorenzi (2014). Entretanto, apenas a entrevistada B evidenciou conhecer os usos das PANC através da perpetuação dos hábitos alimentares tradicionais. Quando questionada sobre sua sabedoria relacionada a essas plantas, se ela provinha de sua família, a gastrônoma relatou:

Sim, depois fui pesquisando; entrei na área de gastronomia e me aprofundi bem. Comíamos muitas plantas que agora se encontram no livro das PANC, como broto de bambu, beldroega, castanhas... tudo nós comíamos. Olha, se o passarinho come vocês podem comer também.

Ao comparar a alimentação de pássaros à nossa, podemos notar o quanto nossa cultura alimentícia rudimentar é baseada na observação dos nossos arredores. No entanto, quando mudamos nossos hábitos e passamos a reparar apenas o nosso entorno tecnológico, perde-se muito. Não observamos os animais, quando existem, em nossos jardins; quiçá observamos as plantas que crescem em meio à calçada, no caminho do trabalho. Com a finalidade de revalorizar a fauna e flora de nossa região é que surge o interesse, cada vez mais frequente, em novas alternativas alimentares, conforme relatado também pela entrevistada B:

As PANC vêm tendo um maior interesse popular, até por serem novas alternativas, pelo baixo custo... Quem mora lá em casa consegue o almoço, várias refeições indo apenas ao jardim. Até mesmo porque as pessoas estão mais conscientes com os impactos da agropecuária, desmatamentos, utilização de transgênicos, de agrotóxicos... Utilizando as PANC, você nutre e cura. Se você tem uma dor crônica, por exemplo, consumindo uma



planta que faz bem para a dor, você se alimenta e gradativamente utiliza das propriedades fitoterápicas.

Os clientes das feiras também aceitam bem a reapreciação das PANC, muitas vezes em detrimento de bagagens familiares sobre o assunto, conforme mencionado pelos agricultores:

Eles vêm aqui na feira e já chegam falando que é comida que eles davam para os porcos, que é mato. Mas muitos porque a gente explica, sabe a forma como abordar, sabe dizer para o que é bom, como faz. A gente tem uma ervinha que se você faz ela à milanesa, ela parece um peixe frito, mas é uma erva. Então se você sabe explicar, sabe vender, acaba levando. Isso a gente está aprendendo também, porque o nosso trabalho era no campo, e agora está sendo na feira.

A transição da área de atuação das plantas não convencionais do âmbito rural para a feira, como mencionado, é um exemplo notável e positivo da capacidade de reinserção dessa cultura alimentar. Apesar da presença na literatura, a conexão com a população é fundamental para a troca de experiências e conhecimentos, sejam eles provenientes de estudos, leituras ou de hábitos alimentares tradicionais.

Tal contato é vital para que seja possível uma reeducação alimentar nas mesas do país. Ele, em conjunto com a informação, possui as faculdades necessárias para desmistificar os preconceitos e perpetuar os usos das PANC. Com a capacidade de aumentar a qualidade dos alimentos e valorizar a flora e cultura local, as plantas alimentícias não convencionais trazem consigo uma alimentação saudável e de fácil acesso a todos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A identificação de Plantas Alimentícias Não Convencionais nas comunidades agrícolas é importante para a revalorização do conhecimento dos moradores dessas localidades e para o resgate de seus hábitos alimentares tradicionais. A partir das entrevistas realizadas nesse projeto, conclui-se que a grande maioria das PANC são impopulares e desconhecidas pela população em geral. Entretanto, há uma forte corrente que busca a propagação de informações alimentares, fitoterápicas e culturais dessas plantas tão corriqueiras em nosso dia-a-dia e, ainda assim, negligenciadas pelo todo.



Nota-se, ainda, a dificuldade em contatar agricultores da região e entrevistá-los. Seja por falta de interesse, tempo ou informações na área, em grande parte dos casos não foi possível estabelecer um diálogo sobre o assunto. Observa-se que os conhecimentos na área, quando baseados em literaturas acadêmicas, são compostos quase que unicamente pela obra de Kinupp e Lorenzi (2014). Entretanto, como as PANC não são plantas usualmente reconhecidas, é necessária uma maior cooperação entre instituições e as partes interessadas, visando a divulgação de informações verídicas e a identificação correta dessas plantas.

Através de vertentes que combinem uma alimentação saudável e rica em diversidade de espécies e nutrientes com a cultura local, espera-se conseguir resgatar hábitos alimentares que convirjam em um desenvolvimento sustentável para a sociedade de forma holística. A divulgação por meio de mídias, buscando o rompimento com a ideia equívoca de PANC como planta daninha, aliada aos conhecimentos populares e científicos, contribui para gerar uma nova visão de alimentação: aqui ela não é apenas benéfica, mas sustentável.

REFERÊNCIAS

JOLY, Aylthon Brandão; THONNER, Franz. **Botânica: chaves de identificação das famílias de plantas vasculares que ocorrem no Brasil**. 4. ed. São Paulo (SP): Nacional, 1981. 159p. (Biblioteca universitária, série 3., ciências puras; v.22).

KINUPP, Valdely Ferreira; LORENZI, Harri. **Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas**. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014. 768 p.

RAY PHILLIPS (Org.). **World Wide Flowering Plant Family Identification**. 2005. Disponível em: <<http://www.colby.edu/info.tech/BI211/PlantFamilyID.html>>. Acesso em: 01 set. 2017

SOUZA, Vinicius Castro; LORENZI, Harri. **Botânica sistemática: guia ilustrado para identificação das famílias de angiospermas da flora brasileira, baseado em APG II**. Nova Odessa (SP): Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2005. 640p.

SOUZA, Vinicius Castro; LORENZI, Harri. **Chave de identificação: para as principais famílias de angiospermas e gimnospermas nativas e cultivadas do Brasil**. 3. ed. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014. 31 p.