



Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) com potencial alimentício no Campus do CENTEC Abaitará.

Non-Conventional Food Plants with food potential in the CENTEC Abaitará Campus.

SEIXAS, Sergio¹; MANGUEIRA, Suellen²; GONÇALVES, Cassio Moraes³; PEREIRA, Dhuliana Pascoal³; MENDES, João Eduardo³

¹ Centro Técnico Estadual de Educação Rural Abaitará, sergioseixassilva@gmail.com; ² Ação Ecológica Guaporé, sferrandamangueira@gmail.com; ³ Centro Técnico Estadual de Educação Rural Abaitará, abaitarabio@gmail.com

Eixo temático: Saúde e Agroecologia

Resumo: As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são todas as plantas que poderíamos consumir, mas não consumimos, tendo preferência por algumas plantas das quais são chamadas de convencionais. As PANCs podem ser usadas na alimentação humana, como verduras, hortaliças, frutas, castanhas, cereais e até mesmo condimentos e corantes naturais. Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi fazer um levantamento das principais espécies de Plantas Alimentícias Não Convencionais existentes no CENTEC Abaitará, com potencial alimentício e de comercialização. O estudo permitiu identificar 25 espécies de plantas com potencial alimentício e econômico, sendo possível inferir que as PANCs podem exercer importante estratégia no aspecto da soberania alimentar de muitas famílias, principalmente as rurais.

Palavras-chave: Agrobiodiversidade; Plantas espontâneas; Soberania alimentar.

Keywords: Agrobiodiversity; Spontaneous plants; Food sovereignty.

Introdução

A alimentação humana atualmente é baseada em uma pequena parcela de alimentos, aproximadamente 50% das calorias consumidas no mundo provêm de cerca de quatro espécies de plantas, e 90% dos alimentos consumidos vêm de 20 tipos de plantas (KELEN et al., 2015). A FAO estima que 75% das variedades convencionais de plantas alimentícias já foram perdidas. A maioria das espécies cultivadas caíram no esquecimento, pois não tendo demanda comercial foram deixadas de lado. Outro fator que contribuiu com o empobrecimento das variedades cultivadas foi a seleção artificial moderna, as sementes comercializadas estão no domínio de poucas empresas de sementes e não com a população.

Por outro lado, existem no Brasil pelo menos 3 mil espécies de plantas alimentícias com ocorrência conhecida, estima-se que em nosso país pelo menos 10% da flora nativa (4 a 5 mil espécies de plantas) sejam alimentícias (KELEN et al., 2015). E ainda temos uma oferta potencial de alimentos de pelo menos 30 mil espécies de plantas diferentes no mundo.

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são todas as plantas que poderíamos consumir, mas não consumimos, tendo preferência por algumas plantas das quais passam a ser as consumidas diariamente, sendo chamadas de



convencionais (RANIERE, 2017). As PANCs podem ser usadas na alimentação humana, como verduras, hortaliças, frutas, castanhas, cereais e até mesmo condimentos e corantes naturais. Muitas não são comercializadas em feiras ou mercados, mas sim encontradas no meio de plantações, em quintais, ou em ambientes abandonados, sendo denominadas por matos e/ou ervas daninhas.

O que torna essencial o conhecimento tradicional de plantas espontâneas, a identificação, seus usos, sendo uma maneira de deixar registrado um modo de aprendizado informal que contribui para a erradicação da fome, segurança e soberania alimentar de populações, além de gerar informações tecnológicas sobre plantas de uso local e regional.

Nesse sentido, o objetivo deste trabalho é fazer um levantamento das principais espécies de Plantas Alimentícias Não Convencionais existentes no Centro Técnico Estadual de Educação Rural Abaitará, com potencial alimentício e de comercialização.

Metodologia

Para a realização do estudo, foi desenvolvido um levantamento sobre as principais espécies de Plantas Alimentícias não Convencionais existentes no *Campus* do Centro Técnico Estadual de Educação Rural Abaitará – CENTEC Abaitará (11°43'387"S e 61°28'593"W), localizado no município de Pimenta Bueno, Rondônia, RO 010, km 32, Setor Abaitará.

De acordo com a classificação de Köppen, o clima predominante na região é do tipo "Am" - Clima Tropical de monção, com média climatológica da temperatura anual entre 24 e 26 °C, e precipitação média entre 1900 a 2500 mm/ano (ALVARES et al., 2014). Os solos que predominam na região são latossolos. A vegetação natural da área de estudo é caracterizada como, Floresta Ombrófila Aberta Submontana, que compreende um tipo de vegetação de transição entre a Floresta Amazônica e Cerrado, ocorrendo entre 100-600 metros de altitude (VELOSO et al., 1991).

O levantamento foi realizado no período de março de 2019 a maio de 2019, com a finalidade de buscar informações fundamentais sobre a potencialidade do uso de plantas com potencial alimentício. A identificação das espécies foi feita com o auxílio do guia de identificação proposto por Kinupp e Lorenzi (2014).

Resultados e Discussão

Foram registradas no levantamento florístico 25 espécies de plantas com potencial alimentício e econômico no *Campus* do CENTEC Abaitará (Tabela 1).



Nome Popular	Nome Científico	Parte utilizada	Sugestão de consumo
Taioba	<i>Xanthosoma taioba</i> E.G. Gonç.	Folhas frescas e rizomas frescos	Folhas sem nervuras refogadas, rizomas cozidos ou fritos
Caruru	<i>Amaranthus spinosus</i> L.	Ramos foliares e folhas destacadas	Folhas refogadas com ovo, com angu, cozidas com porco
Carrapicho	<i>Cyathula prostrata</i> (L.) Blume	Ramos foliares, folhas destacadas (soltas)	Bolinho de carrapicho, carrapicho com creme de leite, e sopa de carrapicho com peixe
Buva, voadeira	<i>Conyza bonariensis</i> (L.) Cronquist	Ramos foliares, folhas destacadas	Calnoze de buva, picadinho de aruanã com buva, rizoto de buva
Picão-preto	<i>Bidens</i> sp.	Ramos foliares, folhas destacadas	Frisante, galinhada de picão- preto, folhas refogadas
Corda-de-viola	<i>Ipomoea quamoclit</i> L.	Ramos foliares, folhas destacadas	Folhas refogadas, omelete verde, ou cozida com pato
Joá-de-capote	<i>Physalis angulata</i> L.	Ramos foliares, frutos com cálice e frutos sem cálice	Geleia, sopa com folhas, folhas refogadas, conserva dos frutos
Melão-de-são- caetano	<i>Momordica charantia</i> L.	Frutos imaturos inteiros e picados	Goya empanada, salada crua, refogado com queijos
Assa-peixe	<i>Vernonia</i> sp.	Ramos foliares	Bolinho de folhas
Pega-pinto	<i>Boerhavia diffusa</i> L.	Ramos foliares, folhas	Folhas refogadas, molho verde, sopa com ramos e folhas
Goiaba-de-anta	<i>Bellucia dichotoma</i> Cogn.	Frutos maduros	Doces, goiabada e passas
Monguba	<i>Pachira aquática</i> Aubl.	Frutos e sementes, folhas jovens	Castanhas torradas, crepe com sementes, brasileirinho com monguba, saladas
Urtiga	<i>Urtica bacífera</i> (L.) Gaudich. Ex Wedd.	Folhas	Folhas empanadas e fritas
Teca	<i>Tectona grandis</i> L. f.	Folhas frescas e secas	Frisantes, corantes
Jenipapo	<i>Genipa americana</i>	Frutos	Bolo e geleia de jenipapo
Bananeira	<i>Musa</i> sp.	Umbigo (coração da bananeira), flores	Refogado
Batata-doce	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.	Folhas	Folhas refogadas
Trapoeiraba	<i>Commelina benghalensis</i> L.	Folhas	Folhas refogadas
Bucha	<i>Luffa aegyptiaca</i> Mill.	Flores destacadas, frutos imaturos	Bucha refogada com filé de peixe, bucha empanada
Mirtilo- amazônico	<i>Clidemia japurensis</i> DC.	Frutos maduros	Salada, suco e mousse
Coentro-bravo	<i>Eryngium foetidum</i> L.	Folhas inteiras e picadas	Bolinho, sopa e receitas de peixes
Couvinha	<i>Porophyllum ruderale</i> (Jacq.) Cass.	Ramos foliares, folhas destacadas	Risoto e sopa
Jambo	<i>Syzygium malaccense</i> (L.) Merr. & L. M. Perry	Frutos maduros e flores destacadas	Salada com flores, mousse das flores, doce do fruto
Maria-pretinha	<i>Solanum americanum</i> Mill.	Ramos foliares, frutos maduros	Folhas refogadas, geleia de frutos
Maria-gorda	<i>Talinum paniculatum</i> (Jacq.) Gaertn.	Ramos foliares, folhas destacadas	Refogado das folhas, pão, e patê verde

Tabela 1. Lista dos nomes populares, científicos, parte utilizada e sugestão de consumo das espécies de PANC's identificadas no CENTEC Abaitará.



Quanto ao ambiente de propagação, as PANCs foram encontradas no meio de culturas agrícolas, na horta, em pastagens, ou próximo da mata de forma espontânea (72%), somente 28% são cultivadas, sendo que duas espécies têm finalidade ornamental de arborização do pátio da escola (monguba e jambo), quatro espécies são cultivadas com a finalidade de produção alimentícia (banana, taioba, coentro-bravo e batata-doce), uma espécie é para produção de madeira (teca), mas somente duas espécies tem finalidade alimentícia (taioba e coentro-bravo). Algumas espécies estão representadas na figura 1.

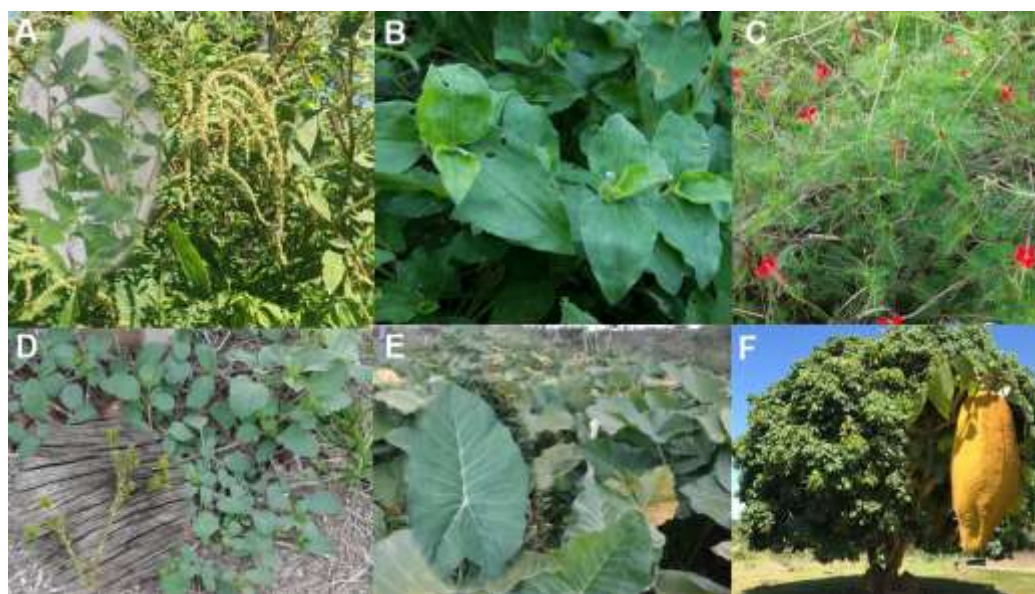


Figura 1. PANCs encontradas no Centro Técnico Estadual de Educação Rural Abaitará (CENTEC Abaitará). A – caruru (*Amaranthus spinosus* L.); B – trapoeraba (*Commelina benghalensis* L.); C – corda-de-viola (*Ipomoea quamoclit* L.); D – Pega-pinto (*Boerhavia diffusa* L.); E – Taioba (*Xanthosoma taioba*); F – Monguba (*Pachira aquática*). Fonte: Autores.

As PANCs que mais foram encontradas em campo foram o carrapicho (*Cyathula prostrata*). Uma hortaliça folhosa e promissora em regiões tropicais, fonte de fibras e sais minerais, também possui ação anti-inflamatória e analgésica (KINUPP; LORENZI, 2014). O caruru (*Amaranthus spinosus* L.), fonte de proteína vegetal (fibras e carboidratos), ferro, magnésio, cálcio, fosforo cobre, zinco, manganês e ação antioxidante (KINUPP; LORENZI, 2014). Além da buva (*Conyza bonariensis*), trapoeraba (*Commelina benghalensis* L.), corda-de-viola (*Ipomoea quamoclit* L.), melão-são-caetano (*Momordica charantia* L.), todas fontes de proteína vegetal, fibras e sais minerais. Mais da metade das plantas encontradas apresentam hábito de crescimento herbáceo (60%), sendo, portanto de menor porte.

Apresentam ciclos reprodutivos curtos, porém se propagam com mais facilidade, sendo encontradas principalmente dispersas em vários ambientes e apresentam ciclos de produção anuais e perenes. Podem ser consumidas principalmente de forma refogada, frita e/ou cozida, em molhos, caldos e in natura.



As principais plantas alimentícias convencionais cultivadas na horta com a finalidade de alimentação são couve, almeirão, alface, rúcula, coentro, salsa, cenoura, quiabo e inhame. São espécies exigentes em nutrientes e água, e algumas ainda são suscetíveis ao ataque de “pragas” e doenças, por não serem nativas e adaptadas ao local de produção. Em contrapartida, as PANCs espontâneas são espécies rústicas e ruderais com boa adaptabilidade a ambientes pobres em nutrientes, com pouca disponibilidade de água e não sofrem tantos ataques de “pragas”, e não foi visualizado o aparecimento de doenças nas referidas espécies. Observou-se que algumas espécies de PANCs são encontradas em ambientes de culturas agrícolas, na qual recomenda-se cautela na sua utilização, visto que, a utilização de agrotóxicos em meio a estas culturas para supressão de algumas espécies de plantas espontâneas, torna-se um agravante, as plantas podem estar contaminadas ou com resíduos de agrotóxicos.

Conclusões

O estudo permitiu identificar 25 espécies de plantas espontâneas com potencial alimentício no *Campus* do CENTEC Abaitará, assim sendo, é possível inferir que as PANCs podem exercer importante estratégia no aspecto de subsistência, comercialização, de muitas famílias, principalmente as rurais.

Agradecimentos

Agradecemos ao professor Adilson Rosa Teixeira, pela contribuição na revisão do manuscrito.

Referências bibliográficas

ALVARES, C. A.; STAPE, J. L.; SENTELHAS, P. C.; GONÇALVES, J. L. de M.; SPAROVEK, G. Köppen's climate classification map for Brazil. **Meteorologische Zeitschrift**, v. 22, n. 6, p. 711-728, 2014. (published online January 2014).

KELEN, M. E. B.; NOUHUYS, I. S. V.; KEHL, L. C.; BRACK, P.; SILVA, D.B. **Plantas alimentícias não convencionais (PANCs): hortaliças espontâneas e nativas**. (1ª ed.). UFRGS, Porto Alegre, 2015.

KINUPP, V.F.; LORENZI, H. **Plantas Alimentícias Não-Convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas**. Nova Odessa: Ed. Plantarum, 2014.

RANIERE, G. R., **Guia Prático de Plantas Alimentícias Não Convencionais**. 1ª Ed. São Paulo, Instituto Kairós, 2017.



VELOSO, H. P.; RANGEL FILHO, A. L. R.; LIMA, J. C. A. **Classificação da vegetação brasileira, adaptada a um sistema universal**. Rio de Janeiro, RJ. IBGE, CDDI, p. 124, 1991.