

**Identificação e Incentivo ao Consumo de Plantas Alimentícias Não  
Convencionais em Comunidades Rurais do Município de  
Bom Jesus da Lapa**

**Identification and Incentive to Consumption of Unconventional Food Plants in  
Rural Communities in the Municipality of Bom Jesus da Lapa**

**SANTOS, Terezinha do Carmo<sup>1</sup>**

**SANTOS, Nailda Rodrigues<sup>2</sup>**

**MIRANDA, Priscila<sup>3</sup>**

**SOUZA, Danuza Araújo de<sup>4</sup>**

**Resumo:** Plantas alimentícias não convencionais são espécies vegetais que apresentam grande potencial alimentício, mas são pouco conhecidas e consumidas. Trata-se de plantas facilmente encontradas nas propriedades rurais e geralmente consideradas como daninhas. Diante do importante potencial alimentício, econômico, social, cultural e ambiental que essas plantas apresentam, foi executado um projeto com o objetivo de estudar a utilização das plantas alimentícias não convencionais por agricultores e agricultoras familiares de comunidades em Bom Jesus da Lapa-BA, além de incentivar novas formas de consumo e fornecer subsídios para um estudo futuro sobre o potencial agrônomo de cultivo de algumas espécies nas propriedades. As atividades foram desenvolvidas em três comunidades: Poço, Severino e Mossorongo. Executadas em etapas: apresentação e discussão sobre as espécies com potencial alimentício que não são convencionais. Aplicação de questionários para a caracterização das plantas e coleta de espécies previamente selecionadas; apresentação dos resultados e degustação de receitas feitas com plantas alimentícias não convencionais. Os resultados mostraram que das 20 plantas apresentadas aos entrevistados, 81% eram conhecidas, mas 62% delas nunca foram consumidas. Com estes resultados, foi possível inferir que com o passar dos anos o consumo das plantas alimentícias não convencionais vem se tornando cada vez menos frequente. Entretanto, observamos que os participantes da pesquisa tiveram total interesse pelo tema, uma vez que estes se manifestaram bastante participativos em todas as etapas,

1 Discente do curso de bacharelado em Engenharia Agrônoma do Instituto Federal Baiano – Campus Bom Jesus da Lapa. E-mail: [terezinhadocarmo.agro@gmail.com](mailto:terezinhadocarmo.agro@gmail.com).

2 Discente do curso de bacharelado em Engenharia Agrônoma do Instituto Federal Baiano – Campus Bom Jesus da Lapa. E-mail: [naildasantos025@gmail.com](mailto:naildasantos025@gmail.com).

3 Mestra em Microbiologia Agrícola, Engenheira Agrônoma e Licenciada em Ciências Biológicas. Docente no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Baiano. E-mail: [priscila.miranda@ifbaiano.edu.br](mailto:priscila.miranda@ifbaiano.edu.br).

4 Engenheira Agrônoma, Doutora em Genética e Melhoramento de Plantas. Docente no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Norte de Minas Gerais. E-mail: [danuza.souza@ifnmg.edu.br](mailto:danuza.souza@ifnmg.edu.br).

mostrando-se sempre dispostos a descobrir uma nova planta com potenciais alimentícios, além de reconhecerem a importância do projeto para as comunidades.

**Palavras-chave:** Resgate alimentar; Potencial Alimentício; Diversidade.

**Abstract:** Unconventional food plants are plant species that have great food potential, but are little known and consumed. These are plants easily found in rural properties and generally considered to be harmful. In view of the important food, economic, social, cultural and environmental potential that these plants present, a project was carried out with the objective of studying the use of unconventional food plants by farmers and family farmers in communities in Bom Jesus da Lapa-BA, in addition to to encourage new forms of consumption and to provide subsidies for a future study on the agronomic potential of cultivation of some species in the properties. The activities were developed in three communities: Poço, Severino and Mossorongo. Performed in stages: presentation and discussion about species with potential for food that aren't conventional. Application of questionnaires for the characterization of plants and collection of previously selected species; presentation of results and tasting of recipes made with unconventional food plants. The results showed that of the 20 plants presented to the interviewees, 81% were known, but 62% of them were never consumed. With these results, it was possible to infer that over the years the consumption of non-conventional food plants has become less and less frequent. However, we observed that the research participants were totally interested in the topic, since they were quite participative in all stages, always showing themselves willing to discover a new plant with potential food, in addition to recognizing the importance of the project for the communities.

**Key words:** Food rescue; Food Potential; Diversity.

## 1 INTRODUÇÃO

A Caatinga é um bioma que compõem maior parte do semiárido brasileiro e apesar de possuir uma distribuição irregular de chuva, concentradas em poucos meses no ano, apresenta uma grande variedade botânica, mas que são pouco conhecidas e estudadas (ANA, 2014). Dentre estas variedades botânicas, estão as plantas alimentícias não convencionais (PANCs).

O termo PANCs é definido como todas as espécies de plantas que fogem do que é convencionalmente conhecido pela população, podendo este conhecimento variar entre as diferentes regiões no Brasil. Para ser consideradas alimentícias, as PANCs devem possuir uma ou mais partes que possam ser consumidas, como raízes, bulbos, rizomas, talos, folhas, tubérculos, brotos, frutos, flores ou sementes (KINUPP; LORENZI, 2014). Em geral essas plantas não fazem parte do cardápio

diário da maior parte das pessoas e não costumam ser encontradas em mercados convencionais.

As PANCs estão presentes em determinadas comunidades ou regiões, onde ainda exercem influência na alimentação de populações tradicionais. Entretanto, estas espécies vegetais passaram a ter expressão econômica e social reduzidas, perdendo espaço para produtos processados, cada vez mais acessíveis para todas as faixas etárias, vendidos pré-prontos ou prontos para o consumo (BRASIL, 2010; BIELEMANN *et al.*, 2015).

As plantas alimentícias não convencionais poderiam fazer parte do nosso consumo diário, pois são facilmente encontradas na natureza. Entretanto, devido à falta de conhecimento por grande parte da população, muitas dessas plantas são ignoradas e consideradas como mato ou caracterizadas como ervas daninhas (LIBERATO *et al.*, 2019).

Assim, a proposta com este projeto foi levar uma reflexão sobre a utilização e consumo das PANCs. Desta forma, trazemos alguns questionamentos que podem auxiliar nesta discussão: A falta de conhecimento do potencial alimentício destas plantas contribui para a sua baixa utilização? A conscientização dos agricultores e agricultoras sobre a importância das PANCs na alimentação e as formas de utilização pode levá-los a entender, conhecer e inserir estas plantas em seu cardápio diário? Quais PANCs são mais comuns na comunidade pesquisada?

O consumo das PANCs pode ser uma estratégia para manter a diversificação alimentar, tendo em vista que se realizado de maneira sustentável é de baixo impacto na agricultura, associada à conservação ambiental (KINUPP, 2008). A predominância da produção não sustentável no país, baseada no agronegócio, quando em contato com as populações tradicionais, conduz a perda dos conhecimentos tradicionais e de todo o legado da agricultura familiar, embora embasados por anos de experiência e muitas gerações (SILVA, 2015).

Diante do exposto, o objetivo do projeto de extensão intitulado Identificação e Incentivo ao Consumo de Plantas Alimentícias Não Convencionais foi estudar a utilização de PANCs pela comunidade de agricultores e agricultoras familiares de Bom Jesus da Lapa-Ba, além de incentivá-los(as) na busca de alternativas para a

alimentação humana, bem como fornecer subsídios para um estudo futuro sobre o potencial agrônomo de cultivo de das espécies identificadas.

## 2 METODOLOGIA

O projeto, submetido a Chamada Interna de Extensão nº 02/2018/PROEX/CPPEX/IF BAIANO, foi executado entre os meses de outubro de 2018 a junho de 2019 no município de Bom Jesus da Lapa-Ba, nas comunidades rurais de Poço, Severino e Mossorongo. Foram disponibilizadas duas bolsas de extensão as discentes do curso de Engenharia Agrônoma.

A investigação realizada apresenta caráter descritivo e exploratório, objetivando maior conhecimento sobre o tema, bem como contribuir para pesquisas futuras. Para realizar a pesquisa, optou-se por uma abordagem quantitativa, utilizando um questionário como técnica para a coleta de dados. Com os resultados dos questionários foram feitas interpretações que culminaram em um perfil diagnóstico das comunidades em relação ao consumo de PANCS.

Foi executado em três encontros com os moradores das comunidades e desenvolvido em etapas: revisão bibliográfica, sensibilização dos envolvidos na execução da proposta sobre o tema PANCS, aplicação de questionário, coleta de material vegetal, montagem das exsiccatas, sistematização e análise das informações, elaboração de cartilhas e apresentação dos resultados aos agricultores e agricultoras.

A revisão bibliográfica foi utilizada para aprofundamento do conhecimento em relação às formas de cultivo das PANCS e sua importância para famílias de comunidades rurais, além de auxiliar no desenvolvimento das metodologias elencadas no projeto.

O encontro inicial, com as três comunidades, foi realizado na Sede da Associação dos Pequenos Produtores Rurais Arco Verde, na comunidade Mossorongo. Neste momento, utilizando o *software Power Point*, foi realizada a apresentação do projeto e a sensibilização dos participantes a respeito das PANCS, sobre suas potencialidades na alimentação humana e importância no âmbito social e cultural, conforme apresentado na Figura 1.



**Figura 1-** Primeiro encontro com os moradores das comunidades.



**Fonte:** As autoras, 2019.

Na segunda etapa do projeto a equipe realizou visitas a 19 (dezenove) famílias que representam 86% dos moradores das três comunidades envolvidas na pesquisa. Nestas visitas foram aplicados questionários semiestruturados. Para Chaer *et al.* (2011) se usado de forma correta, o questionário se torna um poderoso instrumento na obtenção de informações, pois apresenta um custo razoável, garante o anonimato e uniformidade dos dados, o que o classifica como um modelo de fácil e eficiente aplicação.

Os questionários foram compostos por seis questões sobre 20 espécies de PANCs. Para escolha do número e espécies de PANCs utilizadas neste estudo, além de levantamento bibliográfico sobre as principais plantas alimentícias não convencionais de ocorrência no Brasil, auxiliada pelo livro “Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas” (KINUPP; LORENZI, 2014), utilizou-se também o conhecimento empírico dos integrantes do projeto, especialmente as bolsistas, que possuem contato com a cultura e cotidiano dos moradores das comunidades pesquisadas. As questões propostas, visaram elucidar o entendimento sobre a forma e a época de

ocorrência das PANCs (espontânea ou cultivada e águas ou seca), bem como buscar informações sobre quais espécies eram conhecidas pelas famílias, além de saber quais eram ou já foram consumidas, quais as partes da planta normalmente utilizadas para o consumo, e a forma de utilização.

Para confirmação sobre cada uma das 20 PANCs estudadas no questionário, foram utilizadas fotografias para observação das imagens pelos entrevistados: *Alternanthera tenella* (Espinafre-do-mato); *Amaranthus deflexus* (Caruru-rasteiro); *Amaranthus spinosus* (Caruru-de-espinho); *Celosia argentea* (Celósia); *Spondias purpúrea* (Seriguela); *Annona montana* (Araticum-açu); *Plumeria rubra* (Jasmim-manga); *Xanthosoma taioba* (Taioba); *Lactuca canadenses* (Almeirão-Roxo); *Handroanthus chrysotrichus* (Ipê-amarelo); *Cereus hildmannianus* (Mandacaru); *Nopalea cochenillifera* (Palma forrageira); *Opuntia ficus-indica* (Palma gigante); *Pereskia aculeata* (Ora-pro-nobis); *Caesalpinia pulcherrima* (Barba-de-barata); *Hibiscus sabdariffa* (Vinagreira); *Pachira aquática Monguba* (Monguba); *Portulaca oleracea* (Beldroega); *Moringa oleífera* (Moringa); *Physalis pubescens* (Fisális).

No mesmo dia da aplicação do questionário, foi realizado um trabalho de campo, com busca e coleta de PANCs nas propriedades para a montagem das exsiccatas, conforme apresentado na Figura 2.

**Figura 2** - Aplicação do questionário e coleta de espécies para montagem das exsiccatas.



Fonte: As autoras, 2019.

As espécies vegetais foram coletadas com o auxílio de tesoura de poda, onde foram colhidos ramos, folhas, flores, frutos e sementes. Para as espécies em que houve a necessidade da retirada da raiz, ou caule subterrâneo, umedeceu-se o solo e posteriormente retirou-se a planta. Em seguida as plantas foram prensadas em prensas de madeira, levadas para secagem em estufa a 45°C. Depois de secas, realizou-se a identificação botânica das plantas e a confecção das exsicatas. Para a confecção das exsicatas, o material vegetal coletado foi fixado em papel cartão e introduzido em pasta catálogo, disponível em herbário do IFBaiano *Campus Bom Jesus da Lapa*.

Os dados coletados na aplicação dos questionários foram sistematizados utilizando-se o programa Microsoft Office Excel® 2010 por meio de tabelas e gráficos.

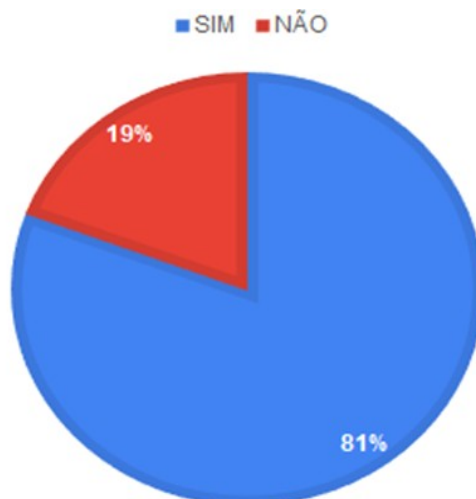
O terceiro e último encontro com os agricultores e agricultoras das comunidades foi realizado novamente na Associação dos Pequenos Produtores Rurais Arco Verde. A equipe executora apresentou, por meio de palestra, os resultados obtidos na aplicação dos questionários. Também foram entregues as cartilhas, montadas pela equipe, contendo informações sobre as plantas alimentícias não convencionais, suas formas de uso e receitas. Houve ainda uma sessão de degustação de alguns alimentos preparados utilizando PANCs como um dos ingredientes.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Durante a execução do projeto nas três comunidades foi perceptível o interesse e a participação efetiva das famílias, mostrando-se sempre receptivas e dispostas à interação nas dinâmicas realizadas nos encontros, bem como disponíveis para responder ao questionário. Constatou-se também o grande interesse das famílias em adotar novos hábitos alimentares por meio da inserção das PANCs nas suas dietas.

Relacionado ao conhecimento prévio das famílias entrevistadas acerca das PANCs, foi possível observar que 81% das plantas apresentadas já eram conhecidas pelos entrevistados conforme pode ser observado na Figura 3.

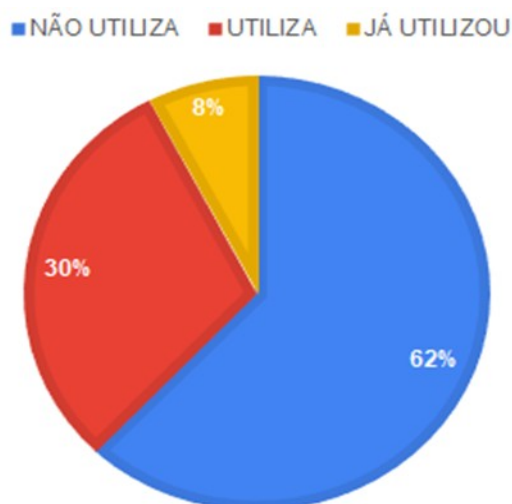
**Figura 3** - Percentual que conhece ou desconhece as PANCs apresentadas nas entrevistas.



**Fonte:** As autoras, 2019.

Entretanto, os resultados mostram que 62% destas PANCs nunca foram utilizadas na alimentação, conforme apresentado na Figura 4.

**Figura 4** - Percentual de consumo das PANCS nas comunidades.



**Fonte:** As autoras, 2019.

Isso se justifica pelo fato da maioria das PANCs serem aproveitadas apenas como ornamentais e pelo desconhecimento do potencial alimentar que estas plantas apresentam.



Atualmente, estima-se que a alimentação esteja baseada em apenas 20 espécies, com grande parte delas não originárias dos territórios onde são consumidas (ESTEVE, 2017; KINUPP e LORENZI, 2014)

Observamos que a redução do consumo ou a não utilização dessas PANCS ocorreu em detrimento às mudanças nos hábitos alimentares das famílias, que passaram a consumir mais alimentos industrializados. Ocorre, também, que o potencial alimentar e os benefícios de muitas destas espécies são desconhecidos e, por isso, muitas famílias alimentam-se de outros vegetais em detrimento das PANCS. A exemplo disso, o mandacaru, muito presente nestas comunidades e anteriormente muito consumido, atualmente deixou de fazer parte da alimentação das famílias.

Quanto à propagação das PANCS, observamos que a forma espontânea ocorre em 50% das espécies pesquisadas. As mais frequentes são o espinafre-domato, o caruru-rasteiro, o caruru-de-espinho, o araticum-açu, o ipê-amarelo, o mandacaru, e a beldroega. A outra metade é composta por plantas cultivadas, como a palma forrageira, a palma gigante, a seriguela, a vinagreira, e a celósia. Em pesquisa realizada por Barreira *et al.* (2015), foi encontrado uma maior porcentagem de PANCS de forma espontâneas (73%), coletadas principalmente em pastos, fragmentos florestais e também em meio a culturas agrícolas, as outras 27% se encontram domesticadas e cultivadas em meio as hortas, pomares ou outras culturas agrícolas. Essa variação ocorre de acordo com a exigência da espécie e com as condições edafoclimáticas da região pesquisada. No entanto, assim como Ramos-Zapata *et al.* (2013) afirmam em sua tese, as PANCS são espécies ruderais, desenvolvem facilidades de adaptação, mesmo que este ambiente esteja em elevado estado de alteração e perturbação.

No que diz respeito às partes mais utilizadas na alimentação, os frutos lideram, e os mais consumidos são os da palma forrageira, palma gigante e o araticum-açu. Em segundo lugar estão as folhas, principalmente do caruru-rasteiro, da seriguela e da beldroega (plantas muito frequentes nos jardins e ao redor de currais principalmente no período chuvoso). Em terceiro lugar estão os caules principalmente da palma forrageira e a palma gigante, espécies que são cultivadas para a alimentação animal e muito consumidas na alimentação humana.

**Tabela 1-** Relação das PANCs presentes nas comunidades, situação de consumo e parte utilizadas.

Família	Nome científico	Nome popular	Presente nas comunidades	Utilizadas no consumo alimentar	Parte consumida
Amaranthaceae	<i>Alternanthera tenella</i>	Espinafre do mato	Sim	Não	Nenhuma
Amaranthaceae	<i>Amaranthus deflexus</i>	Caruru rasteiro	Sim	Sim	Folha
Amaranthaceae	<i>Amaranthus spinosus</i>	Caruru de espinho	Sim	Não	Nenhuma
Amaranthaceae	<i>Celosia argentea</i>	Celósia	Sim	Não	Nenhuma
Anacardiaceae	<i>Spondias purpúrea</i>	Seriguela	Sim	Sim	Folha
Annonaceae	<i>Annona montana</i>	Araticum açu	Sim	Sim	Fruto
Apocynaceae	<i>Plumeria rubra</i>	Jasmim manga	Sim	Não	Nenhuma
Bignoniaceae	<i>Handroanthus chrysotrichus</i>	Ipê-amarelo	Sim	Não	Nenhuma
Cactaceae	<i>Cereus hildmannianus</i>	Mandacaru	Sim	Sim	Fruto
Cactaceae	<i>Nopalea cochenillifera</i>	Palma forrageira	Sim	Sim	Fruto e Caule
Cactaceae	<i>Opuntia ficus-indica</i>	Palma gigante	Sim	Sim	Fruto e Caule
Malvaceae	<i>Hibiscus sabdariffa</i>	Vinagreira	Sim	Sim	Fruto
Malvaceae	<i>Pachira aquática Monguba</i>	Monguba	Sim	Não	Nenhuma
Portulacaceae	<i>Portulaca oleracea</i>	Beldroega	Sim	Sim	Folha e caule
Moringaceae	<i>Moringa</i>	Moringa	Sim	Não	Nenhuma

<i>oleífera</i>					
Solanaceae	<i>Physalis pubescens</i>	Fisális	Sim	Não	Nenhuma

**Fonte:** As autoras, 2019.

A principal forma de consumo das PANCs nas comunidades estudadas é a *in natura* (araticum-açu, vinagreira, a seriguela, beldroega, entre outras). Outras PANCs necessitam de preparo para o consumo, como o caruru-rasteiro, muito consumido refogado e em farofa. Algumas plantas são consumidas em forma de chás, a exemplo a vinagreira.

Entre as PANCs apresentadas, as conhecidas e consumidas por 100% dos entrevistados foram: palma forrageira, palma gigante e a seriguela. Uma das características que contribuem para predominância dessas espécies é a capacidade de resistir às condições de estiagem em anos secos.

Os resultados acima, foram apresentados à comunidade no terceiro encontro. Na ocasião, a partir de diálogos com os participantes da pesquisa, percebeu-se o interesse (dados não contabilizados no questionário) em PANCs como taioba e Ora-pro-nobis. Alguns questionamentos como disponibilidade de mudas e propágulos, técnicas de propagação e manejo destas plantas foram expostos. O interesse pelos participantes em tais espécies, despertam para possibilidade de aprofundamento em um estudo futuro sobre o potencial agrônômico da taioba e Ora-pro-nobis como cultivos complementares na localidade.

#### 4 CONCLUSÕES

Verificou-se a ocorrência de diversas espécies de plantas alimentícias não convencionais nas três comunidades do município de Bom Jesus da Lapa-Ba, cujas partes mais utilizadas são frutos, seguido das folhas e caule. Apesar de muito conhecidas nas comunidades, pudemos constatar que as PANCs são pouco consumidas e isso se deve à mudança no padrão de consumo alimentar das famílias, incrementando-se alimentos industrializados.

Entre as PANCs apresentadas, as mais conhecidas e consumidas foram: palma forrageira, palma gigante e a seriguela.

Espera-se aprofundar o estudo sobre a ocorrência das PANCs nestas comunidades para que estas informações sirvam de subsídio na valorização local dos recursos alimentares nativos.

## AGRADECIMENTOS

Associação dos Pequenos Produtores RURAIS Arco Verde.

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Baiano (IF Baiano)

Campus Bom Jesus da Lapa.

Pró-reitoria de Extensão (Proex).

## REFERÊNCIAS

ANA - Agência Nacional de Águas. CONSERVAÇÃO, USO RACIONAL E SUSTENTÁVEL DA ÁGUA. Água e Floresta: uso sustentável da Caatinga Capacitação para gestão das águas. 2014.

BARREIRA, T.F.; PAULA FILHO, G.X.; RODRIGUES, V.C.C.; ANDRADE, F.M.C.; SANTOS, R.H.S.; PRIORE, S.E.; PINHEIRO-SANT'ANA, H.M. Diversidade e equitabilidade de Plantas Alimentícias Não Convencionais na zona rural de Viçosa, Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**. v.17, n.4, supl. II, p.964-974, 2015.

BIELEMANN, R. M.; MOTTA, J. V. S.; MINTEN, G. C.; HORTA, B. L.; GIGANTE, D. P. Consumption of ultra-processed foods and their impact on the diet of young adults. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, p. 28, 2015. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/rsp/v49/pt\\_0034-8910-rsp-S0034-89102015049005572.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rsp/v49/pt_0034-8910-rsp-S0034-89102015049005572.pdf). Acesso em: 10 de agosto de 2020.

BRASIL. Manual de hortaliças não convencionais / Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Brasília: MAPA. 92p. 2010 Disponível em: <https://www.passeidireto.com/arquivo/19384199/manual-de-hortalicas-nao-convencionais>. Acesso em: 22 de agosto de 2020.

CHAER, G.; DINIZ, R. R.; RIBEIRO, E. A. **Evidência**. Araxá. v. 7, n. 7, p. 251-266, 2011. Disponível em: [http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/maio2013/sociologia\\_artigos/pesqusia\\_social.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/maio2013/sociologia_artigos/pesqusia_social.pdf)



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

KINUPP, V. F. PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO-CONVENCIONAIS DA REGIÃO METROPOLITANA DE PORTO ALEGRE, RS. **Revista Brasileira de Agroecologia**, v. 3, n. 3, dec. 2008. Disponível em: <http://revistas.aba-agroecologia.org.br/index.php/rbagroecologia/article/view/7544>. Acesso em: 27 de agosto de 2019.

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. 768 p.

LIBERATO, P. S., LIMA, D. V. T., SILVA, G. M. B. PANCs-PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS E SEUS BENEFÍCIOS NUTRICIONAIS. **ENVIRONMENTAL SMOKE**, v. 2, n. 2, p. 102-111, 2019.

RAMOS-ZAPATA, J.A. et al. Ruderal plants: temporary hosts of arbuscular mycorrhizal fungi in traditional agricultural systems? **Tropical and Subtropical Agroecosystems**, v.16, n.3, p.399-406, 2013.