

## PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS - PANCS: UMA ALTERNATIVA PARA A FOMENTAÇÃO DA SEGURANÇA ALIMENTAR NO BRASIL

**NATHÁLIA RUTZ<sup>1</sup>; JÚLIA XIMENDES THEIS<sup>2</sup>; LUIZA DA CONCEIÇÃO DA ROSA<sup>3</sup>; SAMARA DUTRA DA SILVEIRA BRAZ<sup>4</sup> ; LUIZ ERNESTO COSTA SCHMIDT<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – nathalia-rutz@hotmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – juliatheis405@gmail.com*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas – luizacr2000@gmail.com*

<sup>4</sup>*Universidade Federal de Pelotas – samarabraz251113@gmail.com*

<sup>5</sup>*Universidade Federal de Pelotas – luiz.ernesto@ufpel.edu.br*

### 1. INTRODUÇÃO

A alimentação e nutrição são requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, garantindo o pleno desenvolvimento e a qualidade de vida das pessoas inseridas em uma sociedade. No entanto, de acordo com a Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde, a insegurança alimentar é a condição de não ter acesso pleno e permanente a alimentos (BRASIL, 2013).

Definir insegurança alimentar é complexo, e para isso existem alternativas para caracterizar a dimensão do problema. Por exemplo, no Brasil existe a proposta de uma escala de medida domiciliar de insegurança alimentar, a qual classifica os domicílios em quatro categorias relativas ao grau de insegurança diagnosticado: segurança alimentar, insegurança alimentar leve, insegurança alimentar moderada e insegurança alimentar grave (IBGE, 2021). A fome representa sua forma mais severa, quando toda família já está com o acesso aos alimentos comprometido, dos pontos de vista qualitativo e quantitativo.

Importante destacar que nem sempre a insegurança alimentar e nutricional significa a falta de comida na mesa, mas também é sobre o tipo de alimento que ali está presente, pois refeições pouco nutritivas podem levar a desfechos negativos, como a obesidade (BRASIL, 2014). Nessa perspectiva, constata-se que uma dieta escassa em nutrientes e excessiva em calorias, pode saciar parcialmente a fome, dificultando a identificação da carência alimentar e gerando efeitos desfavoráveis para a saúde a longo prazo.

Além das consequências da insegurança atreladas à desnutrição e deficiência de micronutrientes, faz-se necessário considerar questões externas que impactam a cadeia produtiva de alimentos, como o caso dos eventos climáticos extremos (EMBRAPA, 2023). Tais eventos afetam diretamente a disponibilidade dos alimentos tradicionalmente produzidos em certas regiões do planeta, representando, assim, impactos negativos na segurança alimentar. Mudanças climáticas afetam diretamente na disponibilidade de alimentos podendo causar riscos à Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) por meio de reduções na disponibilidade de alimentos, acesso, utilização e estabilidade do sistema alimentar, o que, combinado com a alta demanda, eleva os preços dos alimentos.

À vista do exposto acima, a biodiversidade alimentar refere-se à diversidade de plantas, animais e outros organismos que são utilizados para alimentação, tornando-se uma alternativa para fomentar a problemática. Sendo assim, os vários exemplares de espécies nativas existentes no Brasil, fazem do país o território com a maior diversidade de espécies do mundo (FIORAVANTI,

2016). Por conseguinte, as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) são um excelente exemplo de como a diversidade na alimentação pode ser ampliada e enriquecida. As PANCs englobam plantas e partes de plantas, que apesar de serem comestíveis tem seu uso como alimento desconhecido pela população. Essas informações estão de acordo com o MINISTÉRIO DA AGRICULTURA, PECUÁRIA E ABASTECIMENTO (MAPA) (2019). Incluí-las na dieta promove a diversidade de nutrientes, sabores e texturas, além de apoiar a preservação da biodiversidade local.

As PANCs são identificadas popularmente como “mato”, “praga” ou “erva-daninha”. São espécies com real potencial alimentar, servindo como fontes alternativas de alimento com alto valor nutricional, tanto em macro quanto micronutrientes; EMPRESA BRASILEIRA DE PESQUISA AGROPECUÁRIA (EMBRAPA) (2018). Consequentemente, as PANCs têm o potencial de auxiliar na atenuação da insegurança alimentar, contribuindo para a melhoria da qualidade nutricional das refeições. É importante ressaltar que a vantagem no consumo destas plantas vai além de servir como uma opção de alimento nutritivo, mas principalmente por facilitarem o acesso à alimentos, podendo reduzir a situação da fome.

Em geral, as PANCs são espécies rústicas, o que demandam pouco cuidado. Assim, podemos assumir que as PANCs seriam espécies menos suscetíveis ao impacto das mudanças climáticas, mas negativamente afetadas por questões socioculturais.

A proposta deste projeto segue duas vertentes complementares, onde ambas buscam desenvolver uma proposta alimentar alternativa e sustentável, sendo as PANCs o veículo de ação. Temos como premissa que as PANCs podem garantir uma nutrição equilibrada e abrangente, em razão de possuírem grande quantidade de fibras, proteínas, vitaminas e minerais. Optamos por desenvolver as ações do projeto no ambiente escolar, sendo o público infanto-juvenil o alvo de nossas ações. A primeira vertente visa apresentar as PANCs de uma maneira formal, destacando as vantagens do seu consumo. A segunda vertente tem como objetivo implementar uma horta de PANCs dentro do espaço escolar, atrelada a ações com as Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) das próprias escolas.

## 2. METODOLOGIA

Com a finalidade de definir a estratégia de ação do projeto, realizamos reuniões semanais em um formato de grupo de estudo, para estabelecer os elementos essenciais para o melhor entendimento sobre o tema. Para isso, fizemos revisões na literatura a respeito das PANCs e sua relação com a classificação de segurança alimentar e nutricional.

Ademais, organizamos as informações coletadas no formato de uma apresentação de aproximadamente 15 min, seguida de uma dinâmica prática envolvendo o reconhecimento de algumas PANCs e a degustação de uma receita tendo como base a ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Miller), uma espécie de PANC. A apresentação foi direcionada ao público universitário, que mesmo tendo características diferentes dos estudantes escolares, serviu como respaldo para o aprimoramento do material de divulgação.

Outrossim, está sendo idealizado a implementação de uma horta de PANCs em uma escola da rede pública da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, com o intuito de proporcionar aos estudantes acesso a uma dieta mais diversificada e rica em nutrientes essenciais. Além disso, a iniciativa tem o potencial de promover

a conscientização sobre a importância da biodiversidade alimentar e o valor das PANCs na segurança alimentar.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As revisões na literatura foram de extrema importância para o entendimento da dimensão da problemática, reforçando nossa percepção de que as PANCs podem contribuir para uma dieta variada e equilibrada, tornando-se uma alternativa promissora para abordar os desafios enfrentados devido à insegurança alimentar. Chama a atenção, no entanto, que apesar de consistir em espécies facilmente encontradas no espaço rural e urbano, a inserção das PANCs nas mesas das pessoas esbarra em questões culturais complexas. A própria proposta do acrônimo PANC é de origem recente, fruto do trabalho do pesquisador Valdely Kinupp em sua tese de doutorado (KINUPP, 2007). Sobre este breve diagnóstico, concluímos que a promoção de ações educativas são um importante caminho para a quebra das barreiras culturais no uso das PANCs, que poderá ser complementada por uma busca no conhecimento popular sobre o uso das PANCs nas comunidades de interesse.

Sobre a ação envolvendo o público universitário, percebemos uma efetiva sensibilização entre os ouvintes, despertando o interesse e curiosidade em relação ao tema apresentado. Uma constatação interessante, passível de quantificação, diz respeito ao aumento no número de interações (postagens) nas redes sociais relacionados às PANCs que foram produzidas pelos acadêmicos presentes em nossa atividade. Um fato que merece destaque é que o termo “PANC” era desconhecido por grande parte do público, algo impactante em se tratar de um perfil de pessoas com forte adesão a questões alimentares e ao engajamento às dietas de base vegetariana e vegana (discentes do Curso de Nutrição). Desse modo, visando uma abordagem para uma divulgação mais ampla das vantagens socioeconômicas do uso das PANCs, mostra-se crucial trabalhar a temática nestes espaços universitários, incentivando os discentes a explorarem acerca do assunto e passarem o conhecimento adquirido adiante.

A organização das ações voltadas ao espaço escolar segue em franca atividade. Os principais questionamentos, neste momento, são de cunho operacional (escolas contempladas com a ação, espaço para o estabelecimento da horta, como será organizada a manutenção da horta etc.) e administrativos (quais agências devem avaliar e aprovar as ações, a quem devemos reportar os resultados do trabalho etc.). Há a possibilidade de que estas ações incorporem colegas de outros cursos de graduação da Universidade Federal de Pelotas (Agronomia, Ciências Biológicas), onde poderemos traçar um plano de ação mais amplo e, quem sabe, mais eficaz sobre a transformação cultural das crianças frente à produção e consumo do alimento, que no caso serão PANCs. Assim, entendemos e reforçamos nossas expectativas no potencial da proposta, onde estimamos uma receptividade positiva relativa ao projeto de implementação das PANCs em hortas escolares, visando desbravar a biodiversidade regional favorecendo o público-alvo.

### 4. CONCLUSÕES

Dante do pressuposto, o projeto visa abordar de forma inovadora a questão da insegurança alimentar utilizando as PANCs, através de um enfoque múltiplo, tanto na conscientização e educação sobre as vantagens nutricionais destas plantas, quanto na implementação de hortas escolares. Assim, busca-se

promover uma alimentação mais diversificada e rica em nutrientes para o público infanto-juvenil. Em última análise, a implementação bem-sucedida deste projeto não apenas contribuirá para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes, mas também poderá servir como um modelo replicável em outras comunidades, promovendo uma abordagem mais sustentável e consciente em relação à alimentação e nutrição.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

**BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento - MAPA. Hortaliças PANCs atraem agricultores que querem diversificar produção de alimentos.** 2019. Acessado em: 22 set. 2023. Online. Disponível em: <<https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/noticias/hortalicas-pancs-atraem-a-atencao-de-agricultores-que-querem-diversificar-producao-de-alimentos>>.

**BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar da população brasileira. 2. ed.** Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

**BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. 1. ed., 1. reimpr.** Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

**EMBRAPA. Mais do que matos, elas são as plantas alimentícias não convencionais (PANCs).** Brasília, DF: Embrapa Agricultura Familiar, 2018. Acessado em: 22 set. 2023. Online. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/busca-de-noticias/-/noticia/33580014/mais-do-que-matos-elas-sao-as-plantas-alimenticias-nao-convencionais-pancs#:~:text=Elas%20parecem%20muito%20com%20o,PANCs%20%E2%80%93%20Plantas%20Aliment%C3%ADcias%20N%C3%A3o%20Convencionais>>.

**FIORAVANTI, C. A maior diversidade de plantas do mundo. Pesquisa FAPESP. Ed. n. 241, p. 42-47.** 2016.

**IBGE. Escala Brasileira de Insegurança Alimentar (EBIA) - 2017-2018.** Rio de Janeiro: IBGE, 2021.

**KINUPP, V.F. Plantas alimentícias não convencionais da região metropolitana de Porto Alegre, RS.** Porto Alegre, 2007. 562p. Tese - (Doutorado em Fitotecnia). Acessado em 22 set. 2023. Online. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/12870>>.

**LIMA, C. E. P.; FONTENELLE, M. R.; BRAGA, M. B.. Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (EMBRAPA). Mudanças Climáticas e Produção de Hortaliças: Impactos, estratégias adaptativas e mitigadoras.** Brasília, DF: Embrapa Hortaliças, 2013. Acessado em: 22 set. 2023. Online. Disponível em: <<file:///C:/Users/Win10/Downloads/MUDANÇAS-CLIMATICAS-E-PRODUÇÃO-DE-HORTALICAS.pdf>>.