

Resgate cultural sobre o consumo das plantas alimentícias não convencionais- PANCs

Julia Pankoski Machado¹, Warley Jamichel Souza das Chagas¹, Gabriela da Luz Aguiar¹, Alexandre da Silva¹, Vaneisa Gobatto^{1*}

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - *Campus* Bento Gonçalves. Bento Gonçalves, RS, Brasil.

A expressão Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) refere-se a plantas espontâneas ou silvestres, geralmente catalogadas como ervas daninhas. Considerando a vasta biodiversidade encontrada principalmente nos países tropicais e subtropicais, além do fácil cultivo que as mesmas apresentam, essas plantas seriam capazes de servir como alternativa à soberania das danosas monoculturas e assegurar a alimentação de muitas comunidades carentes. No entanto, a nutrição humana baseia-se em poucas espécies, como a batata, o trigo, o milho e o arroz. A diversidade vegetal com potencial alimentício chega a 15.000 espécies, das quais podem proporcionar uma alimentação variada em sabores, nutrientes e de baixo custo. Iniciativas cuja visão é difundir informações sobre essas plantas e inseri-las, pouco a pouco, na rotina alimentar das pessoas têm surgido no Brasil, especialmente através de feiras ecológicas, as quais ofertam alternativas às hortaliças “tradicionais”. Contudo, grande parte da população desconhece a capacidade de uso das PANCs e seus benefícios à saúde, tornando necessárias ações que tenham como objetivo popularizá-las. O Programa das Plantas Medicinais dedica-se a atuar pela causa desde 2014, realizando diversas oficinas para professores e agentes de saúde da rede municipal da cidade de Bento Gonçalves – RS, ofertando receitas e cardápios que sugerem a inclusão de algumas PANCs. Para as ações com enfoque culinário, selecionou-se as espécies popularmente reconhecidas como: azedinha (*Rumex acetosa*), capuchinha (*Tropaeolum majus* L.), calêndula (*Calendula officinalis*), amor perfeito (*Viola tricolor*), ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata*) e serralha (*Sonchus oleraceus* L). A preparação é feita na forma de saladas, patês, refogados e sobremesas. A aceitabilidade destas espécies e o modo como são preparadas despertam a curiosidade do público envolvido. Cerca de 70% dos professores da rede municipal já foram alcançados e anualmente, o programa recebe solicitações de novos cursos e palestras a respeito das PANCs e a biodiversidade encontrada na região da serra gaúcha.

Palavras-chave: PANCs. Nutrição. Biodiversidade.