



**4º Congresso de Responsabilidade  
Socioambiental da FSG**

<http://ojs.fsg.br/index.php/rpsic/index>



**POTENCIAL PARA USO DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS  
COMO PROMOTORAS DE SOBERANIA ALIMENTAR**

Eduarda Pauli<sup>a</sup>, Ana Lúcia Hoefel<sup>b\*</sup>

a) Discente curso Nutrição Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

b) Docente Curso de Nutrição FSG Centro Universitário.

**\*Orientador (autor correspondente):**

\*Ana Lúcia Hoefel, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366.  
Caxias do Sul – RS. CEP: 95020-472.  
E-mail: ana.hoefel@fsg.edu.br

**Palavras-chave:**

Plantas Alimentícias Não convencionais.  
Alimentação Saudável.

**INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** Nos últimos anos, especificamente no último ano, grandes turbulências, econômicas, políticas e sociais, têm ocorrido, a nível mundial. (AKULA; MCCUBREY, 2020). Dietas não saudáveis contribuem significativamente para a carga global de doenças e apresentam enormes riscos de morbidade e mortalidade. Os esforços para transformação das dietas são altamente dependentes da transformação do sistema alimentar. (YAMBI; ROCHA; JACOBS, 2020). As plantas sempre fizeram parte da vida humana. São usadas como recursos alimentícios desde o início da existência da humanidade e representam uma atividade econômica para comunidades rurais, contribuindo para economia local e regional. (NESBITT et al., 2010). Os sistemas agrícolas afetam a saúde humana, tanto negativa quanto positivamente, por exemplo, o uso de agrotóxicos no cultivo convencional de alimentos ou o cultivo orgânico de vegetais. (MARIA FILHO, 2016). Estima-se que existam cerca de 27 mil espécies de plantas com potencial alimentar no mundo, no entanto, foi estimado que apenas 103 espécies de plantas são responsáveis por 90% do suprimento mundial de alimentos (PRESCOTT-ALLEN; PRESCOTT-ALLEN, 1990). Por outro lado, existem plantas que, comumente não são utilizadas para alimentação, mas que, no passado eram utilizadas por nossos ancestrais, e, cujo uso para alimentação se perdeu ao longo de tempo. Essa subutilização tem recebido atenção crescente, principalmente, pelo fácil manejo e baixo custo de produção dessas plantas (KINUPP; LORENZI, 2014). São as “Plantas alimentares não Convencionais - PANCS” (KINUPP; IBI, 2004). Enquanto a agricultura moderna levava ao abuso generalizado da terra e à degradação ambiental, as PANCS se desenvolvem sem a necessidade de

---

derrubadas de novas áreas ou insumos. (BRESSAN et al., 2011). Assim, este estudo tem como objetivo avaliar e explorar o potencial das PANCs como alternativa alimentar para promoção de sustentabilidade e, em classes menos favorecidas, segurança alimentar e nutricional. **MÉTODOS:** Foram realizadas buscas nas bases de dados PubMed e Portal de Periódicos CAPES, utilizando os seguintes descritores: “Plantas Alimentícias não convencionais”, “agricultura sustentável”, “segurança alimentar” bem como seus equivalente em inglês “*Unconventional Food Plants*”, “*sustainable agriculture*”, “*food security*”. Após a busca, procedeu-se a leitura dos resumos e posterior seleção dos trabalhos que compuseram essa revisão. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Em um ecossistema, a biodiversidade é fundamental para a garantia, não apenas da satisfação de diferentes necessidades humanas fundamentais (ISBELL et al., 2017; SEDDON et al., 2016; TOLLEFSON, 2019). O uso de plantas na alimentação humana é tão antigo quanto a própria humanidade, mas, o uso, na forma como vemos hoje é bem mais recente, e, também, mais agressivo ao ecossistema. (LEAL; ALVES; HANAZAKI, 2018; PATERNIANI, 2001). A degradação intensa que tem ocorrido ao meio ambiente, faz com que se tenha urgência em desenvolver técnicas e produtos agrícolas sustentáveis (PATERNIANI, 2001). Por outro lado, na atualidade trabalhos tem apontado que o uso de plantas denominadas plantas alimentícias não convencionais, PANCs podem ser alternativas viáveis para alimentação humana sendo-o também para o ecossistema, pois, se desenvolvem sem a necessidade de derrubadas de novas áreas ou insumos. (BRESSAN et al., 2011). No entanto, desafios ao uso dessas plantas precisam ser ultrapassados. Segundo Kinupp um dos maiores desafios trata-se do ‘analfabetismo’ botânico, ou seja, a população perdeu o conhecimento, tradicionalmente ancestral, sobre a forma correta de uso dessas plantas. Pois, apesar de rústicas e exigirem pouquíssimo cuidado e manejo, elas têm características peculiares, tanto com relação ao consumo quanto ao sabor. Algumas, podem ser consumidas *in natura*, outras, não podem sob hipótese alguma, sob o risco de causar efeitos colaterais. Outro obstáculo diz respeito às formas de preparo a fim de, tanto reduzir riscos de efeitos colaterais quanto a realçar sabores. Algumas dessas plantas possuem oxalatos e outros compostos que podem conferir um sabor exótico e algumas vezes amargo. Assim, o modo de preparo é fundamental para promover maior consumo. (KINUPP; IBI, 2004; KINUPP; LORENZI, 2014). Estudo realizado em localidade do interior de Minas Gerais apontou um grande conhecimento da comunidade acerca da diversidade local e a importância dessas espécies na alimentação da comunidade (TULER; PEIXOTO; SILVA, 2019). O uso de PANC, além de diversificar a dieta alimentar, pode representar uma alternativa de renda para comunidades rurais, contribuindo com a economia local e regional (NESBITT et al., 2010). Além disso, se realizado de forma sustentável,

---

pode ser considerado uma forma de utilização do solo com baixo impacto na agricultura, associado à conservação ambiental (KINUPP; IBI, 2004). **CONCLUSÃO:** Assim, PANCs podem ser uma alternativa para uso alimentar, e, além de nutrição oferecem menor agressão ao meio ambiente promovendo sustentabilidade e autonomia alimentar.

## REFERÊNCIAS

- AKULA, S. M.; MCCUBREY, J. A. Where are we with understanding of COVID-19? **Advances in biological regulation**, v. 77, p. 100745, ago. 2020.
- BRESSAN, R. A. et al. Stress-adapted extremophiles provide energy without interference with food production. **Food Security**, v. 3, n. 1, p. 93–105, 2011.
- ISBELL, F. et al. Linking the influence and dependence of people on biodiversity across scales. **Nature**, v. 546, n. 7656, p. 65–72, maio 2017.
- KINUPP, V. F.; IBI, B. Levantamento de dados e divulgação do Potencial das Plantas Alimentícias Alternativas no Brasil. **Hortic Bras**, v. 22, n. 1, p. 1–4, 2004.
- KINUPP, V. F.; LORENZI, H. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil**. [s.l.: s.n.].
- LEAL, M. L.; ALVES, R. P.; HANAZAKI, N. Knowledge, use, and disuse of unconventional food plants. **Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine**, v. 14, n. 1, p. 1–9, 2018.
- MARIA FILHO, J. A importância das PANCs para promoção da saúde e educação nutricional, social, gastronômica e ambiental. **Revista Brasileira de Nutrição Funcional**, v. 65, 2016.
- NESBITT, M. et al. Linking biodiversity, food and nutrition: The importance of plant identification and nomenclature. **Journal of Food Composition and Analysis**, v. 23, n. 6, p. 486–498, 2010.
- PATERNIANI, E. Agricultura sustentável nos trópicos. **Estudos Avançados**, v. 15, n. 43, p. 303–326, 2001.
- PRESCOTT-ALLEN, R.; PRESCOTT-ALLEN, C. How Many Plants Feed the World? **Conservation Biology**, v. 4, n. 4, p. 365–374, 1990.
- SEDDON, N. et al. Biodiversity in the Anthropocene: prospects and policy. **Proceedings. Biological sciences**, v. 283, n. 1844, dez. 2016.
- TOLLEFSON, J. Humans are driving one million species to extinction. **Nature**, v. 569, n. 7755, p. 171, maio 2019.
- TULER, A. C.; PEIXOTO, A. L.; SILVA, N. C. B. DA. Plantas alimentícias não convencionais (PANC) na comunidade rural de São José da Figueira, Durandé, Minas Gerais, Brasil. **Rodriguésia**, v. 70, 2019.
- YAMBI, O.; ROCHA, C.; JACOBS, N. Unravelling the Food-Health Nexus to Build Healthier Food Systems. **World review of nutrition and dietetics**, v. 121, p. 1–8, 2020.
-