





## II SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE AGROECOLOGIA

*Agroecologia: Gênero, Agroecossistemas Multiterritoriais e Segurança Alimentar*



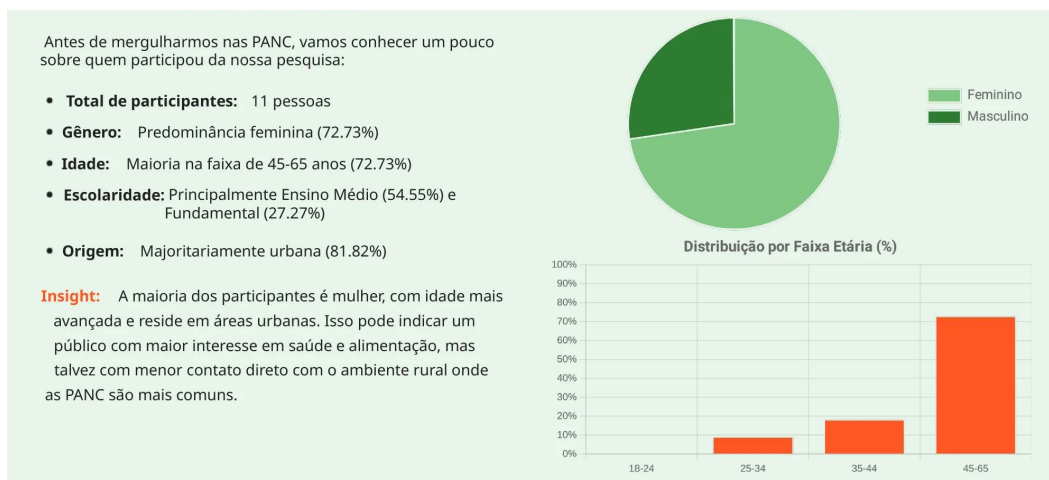
O presente estudo, vinculado ao projeto de extensão "Implantação de Quintais Verdes com Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC)", da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), em parceria com a Fundação Justiça e Paz se Abraçarão (FJPA), teve como objetivo analisar o conhecimento e o uso de PANC por participantes de uma comunidade na macrorregião da Cidade Operária, em São Luís, Maranhão, visando subsidiar ações de segurança alimentar e nutricional alinhadas ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 2 (Fome Zero e Agricultura Sustentável).

### **Material e Métodos**

A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação de um questionário estruturado a 11 participantes durante a reunião de apresentação do projeto de extensão na sede da FJPA, localizada no bairro Cidade Olímpica, São Luís, Maranhão. A metodologia foi dialogada e participativa, incluindo uma apresentação com auxílio de slides que detalharam as espécies de PANC, seus benefícios nutricionais, econômicos e ambientais. Para proporcionar uma experiência sensorial e concreta que facilitasse a identificação, exemplares frescos das PANC foram expostos e manuseados pelos participantes, permitindo o reconhecimento de plantas que muitas vezes já existem no próprio entorno comunitário. O questionário buscou captar o perfil sociodemográfico dos participantes (gênero, faixa etária, escolaridade, origem), o conhecimento prévio sobre PANC, as formas de consumo e cultivo, e o interesse em aprender mais sobre essas plantas. Os dados foram tabulados em planilhas eletrônicas e analisados de forma descritiva, com geração de gráficos para visualização dos resultados.

### **Resultados e Discussão:**

O estudo revelou um público predominantemente feminino (72,73%), na faixa etária de 45 a 65 anos (72,73%), com Ensino Médio completo (54,55%) e majoritariamente de origem urbana (81,82%), conforme apresentado na Figura 1. Este perfil demográfico sugere um público com interesse em saúde e alimentação, mas potencialmente com menor contato direto com o ambiente rural onde as PANC são tradicionalmente mais conhecidas e utilizadas.

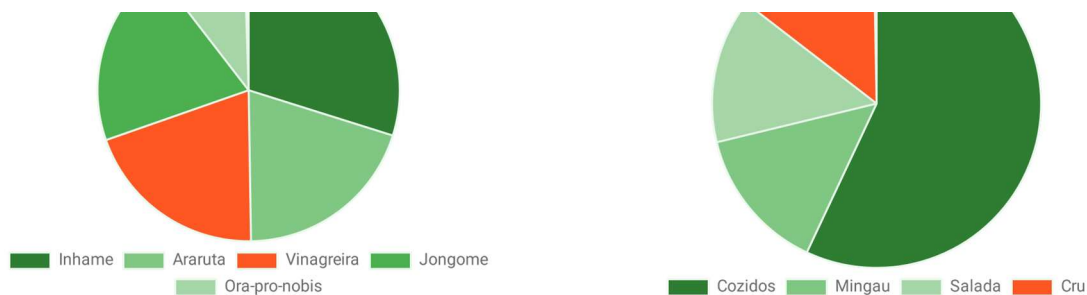


**Figura 1** – Perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Um dado interessante foi que a maioria dos participantes não conhecia o termo "PANC", embora uma parcela significativa (36,36%) já consumisse algumas dessas plantas, evidenciando um conhecimento popular desvinculado da nomenclatura científica. Este fenômeno corrobora com os achados de Leal, Alves e Hanazaki (2018), que demonstraram que muitas pessoas consomem PANC sem saber que são plantas não convencionais, como o ora-pro-nóbis, caruru, taioba e beldroega. Entre os participantes que já tinham ouvido falar sobre PANC, todos (100%) conheceram o termo através da televisão, destacando o papel fundamental da mídia de massa na disseminação de informações sobre alimentação e saúde.

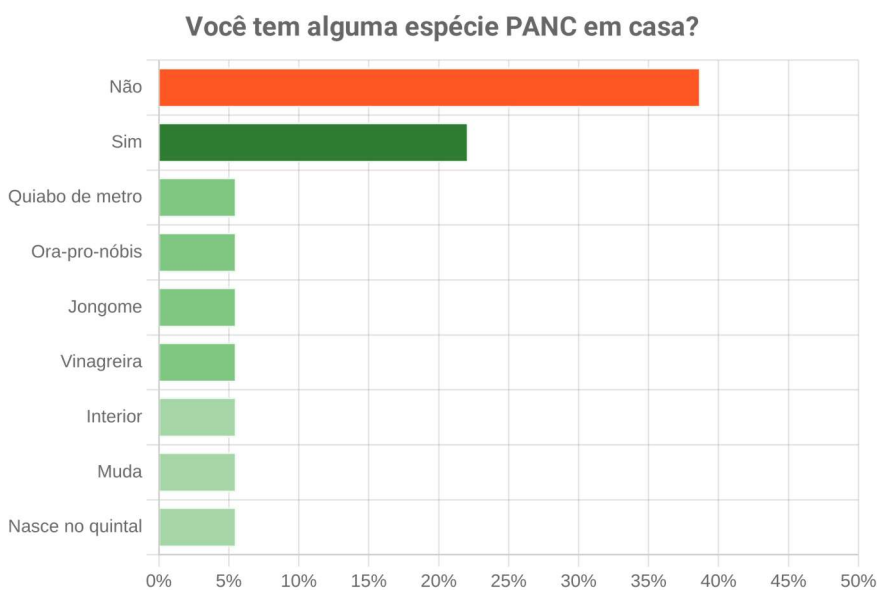
As PANC mais consumidas pelos participantes foram o inhame (30%), a araruta (20%), a vinagreira (20%), o jongome (20%) e o ora-pro-nobis (10%), conforme ilustrado na Figura 1. Essas espécies apresentam elevado valor nutricional: o inhame é rico em carboidratos complexos, vitaminas do complexo B e minerais como potássio e manganês; a araruta é fonte de amido de fácil digestão, ideal para dietas especiais; a vinagreira é rica em antioxidantes, vitamina C e compostos fenólicos; o jongome é fonte de proteínas vegetais e minerais essenciais; e o ora-pro-nobis é conhecido como "carne de pobre" devido ao seu alto teor proteico, que pode chegar a 25% (TAVARES; ALBUQUERQUE; CAVALCANTI, 2022). A forma de preparo mais comum foi a cozida (57,14%), seguida por mingau, salada e consumo cru (Figura 2), demonstrando a versatilidade culinária dessas plantas.



**Figura 1 – PANC mais consumidas. Figura 2 – Formas de preparo das PANC.**

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Apenas 22,22% dos participantes cultivavam alguma PANC em casa (Figura 3), e 100% afirmaram não possuir receitas para compartilhar, indicando uma lacuna significativa na socialização do conhecimento culinário e no cultivo doméstico. A promoção de quintais produtivos com PANC em áreas urbanas, conforme defendido por Ranieri et al. (2021) e Silva et al. (2018), surge como uma estratégia promissora para aumentar a resiliência alimentar, a geração de renda e a conservação da agrobiodiversidade. Os quintais produtivos permitem a manutenção in situ de variedades cultivadas, maximizam o controle biológico natural de pragas e doenças, e proporcionam acesso a alimentos frescos e nutritivos, reduzindo custos com alimentação (CORADO; LIMA; FONTENELLE, 2022). O desconhecimento do termo PANC, aliado ao consumo de algumas espécies, reforça a importância de projetos de extensão que articulem o saber popular ao conhecimento científico, valorizando a cultura local e promovendo a alimentação saudável e sustentável, especialmente em comunidades em situação de vulnerabilidade social.





## II SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE AGROECOLOGIA

*Agroecologia: Gênero, Agroecossistemas Multiterritoriais e Segurança Alimentar*



### Conclusões

Os resultados indicam um grande potencial para a promoção das PANC na comunidade estudada. O conhecimento prévio, mesmo que informal, sobre algumas espécies, e o interesse demonstrado pelos participantes, são fatores positivos para o desenvolvimento de ações de extensão. As futuras etapas do projeto, como as oficinas de compostagem, produção de mudas, controle alternativo de pragas e doenças, e oficinas culinárias, serão fundamentais para aprofundar o conhecimento, resgatar saberes tradicionais e incentivar o cultivo e o consumo de PANC, contribuindo efetivamente para a segurança alimentar e nutricional da comunidade e para a sustentabilidade local. Recomenda-se a continuidade deste estudo com a aplicação de um questionário final para avaliar o impacto das intervenções e o grau de satisfação do público-alvo.

### Agradecimentos:

À Fundação Justiça e Paz se Abraçarão (FJPA) pela parceria e acolhimento da comunidade. À Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) pelo apoio ao projeto de extensão "Implantação de Quintais Verdes com Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC)" através do Programa Institucional MAIS EXTENSÃO

### Referências:

CORADO, P. I. S. A.; LIMA, L. N. C.; FONTENELLE, L. C. O consumo de plantas alimentícias não convencionais para a promoção da segurança alimentar e nutricional e da cultura alimentar brasileira. *Segurança Alimentar e Nutricional*, Campinas, v. 29, p. 1-12, 2022.

KINUPP, V. F.; LORENZI, H. Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas. Nova Odessa: Plantarum, 2014. 768 p.

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.

RANIERI, G. R. et al. Plantas alimentícias em quintais urbanos no Vale do Taquari. *Estudos Avançados*, v. 35, n. 101, p. 285-304, 2021.

SILVA, A. C. G. F. et al. Quintais produtivos: para além do acesso à alimentação saudável. *Revista Guaju*, v. 4, n. 1, p. 78-102, 2018.





## II SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE AGROECOLOGIA

*Agroecologia: Gênero, Agroecossistemas Multiterritoriais e  
Segurança Alimentar*

