



“MATOS DE COMER” VIABILIZAM CONCEITOS SOBRE EDUCAÇÃO AMBIENTAL E PROMOÇÃO DA SAÚDE

HAMMARSTROM DOBLER, Guilherme¹; EHMKE, Diego Paes²; CABELEIRA, Marciele Dias Santos³; BIANCHI, Vidica⁴; VIEIRA, Eilamaria Libardoni⁵.

Resumo: O presente estudo tem por objetivo descrever a percepção dos participantes do I *Workshop* de Plantas Alimentícias Não-convencionais (PANCs), realizado durante o IV Congresso Internacional de Saúde da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, no ano de 2017. Para tanto, utilizou-se um questionário semi-estruturado constituído por cinco questões abertas, através do qual buscou-se conhecer os saberes dos entrevistados acerca da utilização de PANCs no cardápio diário. Participaram do estudo, 17 indivíduos, que assim o fizeram mediante livre escolha, não havendo quaisquer restrições quanto à idade, escolaridade ou qualquer outra distinção. Os resultados obtidos demonstraram uma boa percepção por parte dos entrevistados quanto ao conhecimento das PANCs, citando exemplos destas, além de relatarem a possibilidade da inserção destes tipos de alimentos em sua alimentação diária.

Palavras-Chave: Plantas alimentícias não-convencionais. Ensino. Sustentabilidade. Nutrientes.

Abstract: The present study aims to describe the participants' perception of the First Non-Conventional Food Plants Workshop (PANCs), held during the IV International Health Congress of the Regional University of the Northwest of the State of Rio Grande do Sul, in 2017. For this purpose, a semi-structured questionnaire consisting of five open questions was used, through which the interviewees' knowledge about the use of PANCs in the daily menu was used. Participating in the study, 17 individuals, who did so by free choice, there being no restrictions regarding age, schooling or any other distinction. The results obtained showed a good perception by the interviewees about the knowledge of the PANCs, citing examples of these, besides reporting the possibility of inserting these types of foods into their daily diet.

¹ Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Educação nas Ciências, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ. Bolsista da Capes. Graduação em Ciências Biológicas – UNIJUÍ. E-mail: ghammars@asu.edu

² Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social, Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ. Bolsista da CAPES. Possui Graduação em Enfermagem – UNICRUZ. Integrante do GIEEH – Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano. E-mail: diegopaes.ehmke@gmail.com

³ Aluna Especial do Programa de Pós-Graduação em Educação nas Ciências, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ. Licenciada em Educação Física e Pedagogia. E-mail: dias.marciele@yahoo.com.br

⁴ Doutora em Ecologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Mestre em Educação nas Ciências, UNIJUÍ. Possui graduação em Ciências Biológicas – UNIJUÍ. E-mail: vidica.bianchi@unijui.edu.br

⁵ Mestre em Ciência dos Alimentos, Doutoranda em Desenvolvimento Regional pela UNIJUÍ. Graduada em Nutrição. Professora do curso de Nutrição da Unijui. Integrante do Grupo de Pesquisa Alimentos e Nutrição. E-mail: eilamaria.vieira@unijui.edu.br



Keywords: Non-conventional food plants. Teaching. Sustainability. Nutrients.

INTRODUÇÃO

As Plantas Alimentícias Não-Convencionais (PANCs), são conhecidas como um conjunto de vegetais que são passíveis do consumo humano, no entanto, passam despercebidas ou são indesejáveis por sua rusticidade. Segundo Kinupp e Barros (2004) as plantas denominadas “daninhas”, “inços”, “pragas”, “invasoras”, “espontâneas” ou “ruderais”, recebem essa variada gama de sinônimos por crescerem espontaneamente nos mais diversificados ambientes e muitas dessas não podem ser citados como exemplares de PANC's.

Apesar dessas plantas apresentarem elevada rusticidade, demonstram grande importância tanto ecológica, quanto econômica (BUKOWSKI *et. al.*, 1999; DOGAN *et al.*, 2004). Muitas delas são utilizadas por comunidades nativas e representam consideravelmente a biodiversidade botânica do planeta (SAMANT; DHAR, 2009). Diversos autores destacam as possibilidades fitoterápicas e nutricionais que tais plantas possuem (BUKOWSKI *et. al.*, 1999; PARDO-DE-SANTAYANA *et al.*, 2007).

Em oposição à oportuna utilização das PANCs na alimentação humana, estão os interesses econômicos e o avanço na utilização de espécies melhoradas a fim da monocultura (KINUPP; BARROS, 2004). Zimmermann (2009), destaca os efeitos negativos da globalização da produção agrícola mundial envolvendo desmatamento, queimadas, utilização de agrotóxicos, fertilizantes químicos e transgênicos propiciando a destruição da biodiversidade e esgotamento dos solos e recursos hídricos.

Em vista da multinacionalização das espécies utilizadas na agricultura moderna, muito do conhecimento empírico relacionado ao cultivo e utilização das plantas alimentícias não convencionais foi olvidado (PARDO-DE-SANTAYANA *et al.*, 2007). Contudo, registros sobre a utilização, manejo, propriedades nutricionais e medicinais apesar de limitados, atualmente estão sendo mais publicizados.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma ferramenta importante para capacitar as pessoas com o intuito de agir conscientemente, diante de situações novas de vida, especialmente as relacionadas com hábitos alimentares saudáveis. É pautada na capacidade criadora que auxilia levar o ser humano, colocar em prática suas potencialidades, além de ser



um processo de ensino e aprendizagem com o intuito de provocar mudanças (GOUVEIA, 1999, apud. GALISA, 2014).

O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), enquanto ferramenta educacional, oferece informações consistentes no campo da alimentação, e desta forma, tem o objetivo de melhorar o conhecimento em relação aos alimentos, e ainda, permitir que a população consiga fazer escolhas saudáveis, e que permaneçam adequadas aos fatores culturais envolvidos. A valorização da cultura alimentar no espaço da escola e das Universidades e a inclusão de conhecimentos sobre os alimentos não convencionais possibilitam a geração e construção de conhecimentos e estratégias que fortaleçam o consumo de alimentos socialmente justos e sustentáveis.

Portanto, o objetivo do presente trabalho é discutir e analisar respostas obtidas através de um questionário semi-estruturado disponibilizados de forma espontânea durante o “I *Workshop* de Plantas Alimentícias não Convencionais” realizado durante IV Congresso Internacional de Saúde na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, no ano de 2017.

METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como sendo qualitativa, uma vez que se situa na modalidade de investigação ação (BOGDAN, BIKLEN, 1994) e tem como princípio, enfatizar a interpretação em contexto; em um processo de impregnação e de vivência que buscou retratar a realidade e representar os diferentes pontos de vista presentes numa situação social (LÜDKE E ANDRÉ, 1986). A perspectiva trata não apenas de pesquisar os sentidos produzidos pelos participantes do *Workshop*, mas contribuir na complexificação de suas ideias.

A utilização do questionário semi-estruturado, buscou os entendimentos e vivência dos participantes, uma vez que, realizou-se a ampliação de significados sobre seus discursos. As concepções dos participantes acerca da utilização das PANCs convergiram na concepção de que a utilização desses vegetais possibilita a redução de dispersão de moléculas tóxicas, aumenta a possibilidade da manutenção da biodiversidade e contribui significativamente para o aumento da ingestão de macro e micronutrientes diversificados. Portanto, o Questionário Semi-estruturado foi utilizado como instrumento de coleta de (Quadro 1), composto de quatro



perguntas abertas, o que possibilitou aos sujeitos pesquisados responderem livremente acerca do tema.

Quadro 1: Questionário Semi-estruturado utilizado no I *Workshop* de Alimentos não Convencionais.

- A. Para você o que são alimentos não convencionais? Se sim, quais?
- B. Você considera importante inserir alimentos não convencionais na alimentação diária?
- () 1. totalmente prejudicial
- () 2. parcialmente prejudicial
- () 3. nem prejudicial, nem proveitosa
- () 4. parcialmente proveitosa
- () 5. totalmente proveitosa
- C. Porquê?
- D. Escreva sobre sua participação no *Workshop*.

Fonte: Os autores (2017).

Integraram a pesquisa, 17 participantes que responderam ao questionário disponibilizado durante o *Workshop*, doravante representados em suas falas por P. 1, P. 2 e assim sucessivamente. Vale destacar que a participação de cada um destes ocorreu de livre e espontânea vontade, sem restrições quanto à idade, escolaridade ou qualquer outra distinção. As respostas obtidas, foram analisadas e assim foram realizadas ampliações de significados foram decorrentes das discussões das respostas.

Os excertos trazidos foram selecionados, a partir de leituras sucessivas das respostas do questionário, que possibilitaram reconhecer categorias, como formações discursivas, fundamentadas na Análise Textual Discursiva (ATD) (MORAES e GALIAZZI, 2007), visando identificar os sentidos produzidos pelos alunos sobre a utilização das PANCs na culinária do seu cotidiano. A opção metodológica ocorreu em função de sua característica dialógica, que permite ao pesquisador vivenciar um “processo integrado de aprender, comunicar e interferir em discursos” (MORAES e GALIAZZI, 2007, p.111).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

As respostas da “*Questão A: Para você o que são alimentos não convencionais?*” não variaram muito, pois os entrevistados demonstraram ter familiaridade com este tipo de alimento. Vale ressaltar que o contexto socio-histórico-cultural se relaciona intimamente com a familiaridade dos sujeitos em questão. Segundo Kinupp e Barros (2004), atualmente, ocorre



um grande crescimento da consciência ecológica, sendo assim, produtos oriundos de atividades menos impactantes e desprovidos de agrotóxicos têm grande aceitação do público consumidor.

A partir do pressuposto, as respostas obtidas através do questionário foram diversas, no entanto, devido ao fato de que elas, em sua essência, demonstram o potencial agroecológico das plantas alimentares não convencionais, optamos por relacionar todas elas, pois apesar de cada resposta ser escrita de forma e em palavras diferentes, todas englobam o conceito de alimentos não convencionais:

P. 1 - Aqueles que não fazem parte do nosso cotidiano.

P. 2 - Aqueles que a gente normalmente não encontra nos supermercados.

P. 3 - São alimentos que comumente são utilizados pouco na alimentação, sendo no entanto, ricos em nutrientes.

P. 4 - Matos de comer.

P. 5 - Alimentos não usados com frequência, mas que são obtidos facilmente pois estão perto de nós, nascem espontaneamente.

P. 6 - Alimentos que não são comumente consumidos, como flores por exemplo.

P. 7 - Alimentos sem valor comercial, encontrados em vida livre.

P. 8 - Alimentos que não são utilizados normalmente na culinária.

P. 9 - Alimentos que utilizam partes de alimentos que normalmente são descartados ou não são considerados comestíveis.

P. 10 - Alimentos que contém ingredientes diferentes, não usados frequentemente.

P. 11 - São alimentos que não temos o hábito de ter em nossa mesa.

P. 12 - São aqueles que utilizamos muito pouco em nossa dieta como exemplos: flores, folhas.

P. 13 - São alimentos que não temos o hábito de consumir os ingredientes que fazem parte do mesmo.

P. 14 - Alimentos que não são comumente utilizados na cozinha no dia-a-dia.

P. 15 - Alimentos que não costumamos usar corriqueiramente ou em receitas, ou que achamos que não tem utilidade como alimento.

P. 16 - É alimento feito com ingredientes não “comuns” / conhecidos”.

P. 17 - Com produtos procurados (convencionais). Não convencionais produtos menos procurados, mais naturais.



Em continuação à “Questão A”, quando perguntado quais os alimentos não convencionais conhecidos pelos participantes, obtivemos: folhas de abóboras, frutas nativas, urtiga, cará, rosas, capuchinha, ora-pro-nóbis, caruru, bertalha, taiola, trapocraba, lanterna chinesa, dente-de-leão, flores, hibisco, pimenta rosa, raízes, trevos, talos e cascas, samambaia, folhagem, hibisco, flores, pitaia, batata de dália, estrelinha, chuva de ouro, urtigão, sorgo, butiá, raízes diversas e folhas de plantas “inusitadas”, flores e invasoras.

As PANCs compõem uma gama de possibilidades botânicas para uma readequação do comportamento alimentar humano. Através da inserção de alternativas não lineares de consumo é possível traçar caminhos para uma educação/sociedade composta por sujeitos questionadores da realidade ao qual se fazem inseridos.

Com relação à “Questão B. Você considera importante inserir alimentos não convencionais na alimentação diária?”, todos os participantes consideram totalmente proveitoso inserir alimentos não convencionais na alimentação diária, por serem ingredientes alternativos, possuírem micro e macronutrientes diferenciados, agregar sabor diferencial ao alimento e possibilitar avanços ao que se refere a biodiversidade e diminuição no uso de pesticidas.

Neste viés, Kinupp e Barros (2004), reforçam que o ultrajante projeto compartilhado através da monocultura, globalização e neoliberalismo, assim, destacam que:

(...) a maioria das plantas alimentícias nativas ou subespontâneas presente nas lavouras dos produtores brasileiros ainda são descartadas e tratadas como invasoras devido à ausência de informações sobre as mesmas e da difusão destes conhecimentos (p. 27).

Os autores ainda evidenciam que tal conhecimento poderia possibilitar alternativa econômica, pois, a venda destes produtos e seu uso na complementação alimentar da família seriam uma alternativa que vai além do aumento da biodiversidade e conhecimento dos espécimes, mas com maior utilização desses recursos os ganhos ambientais com a eliminação do uso excessivo de herbicidas para tentar controlar as ditas “plantas infestantes e nocivas” seriam consideráveis. Por esse ângulo, apresentamos o registro fotográfico que demonstra a participação dos sujeitos no evento, aqui destacamos a curiosidade demonstrada pelos participantes quando a possibilidade da ingestão dos “matos de comer”.



Figura 1 – Mesa com alimentos confeccionados a partir de PANCs no I Workshop sobre Planatas Alimentícias não Convencionais, UNIJUÍ.



* À esquerda público de participantes e à direita colaboradores do evento.
Fonte: Os autores (2017).

A iniciativa da realização do Workshop foi considerada por todos os respondentes como sendo muito significativa. Na percepção de Santos (2011) a culinária é “*uma fonte inesgotável de saberes históricos*”, portanto, as formas de alimentação demonstram claramente a perspectiva dos sujeitos em torno da criatividade, cultura, paladar e técnicas. Com isso, evidenciou por parte dos respondentes o privilégio em sentir sabores diferentes, a forma produtiva e educativa do evento, curiosidade aguçada, a utilização de diferentes ingredientes, a possibilidade de sanar dúvidas e a interação universidade e escola pública. Em suma, o público demonstrou interesse e diversas sugestões a respeito da organização de oficina/curso para a confecção de receitas com plantas alimentícias não convencionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos perceber através do presente estudo, que as PANCs constituem importante alternativa à uma fonte alimentar escassa e limitada enfrentada por populações em situações de vulnerabilidade social. No entanto, surge a necessidade de se desenvolver cada vez mais estudos acerca do tema, de forma a compartilhar o conhecimento acerca deste às populações



que realmente possuem carência alimentar e, principalmente nas escolas públicas de ensino, local onde este conhecimento deve ser compartilhado e multiplicado.

Contudo, os processos educativos em alimentação possibilitam a disseminação dos conhecimentos sobre as PANCS torna-se um caminho importante para a construção do conhecimento, e desta forma, possibilita ao indivíduo a capacidade de fazer boas escolhas no que se refere à alimentação adequada.

REFERÊNCIAS

BOGDAN, R., BIKLEN, S. K. **Investigação Qualitativa em educação. Uma introdução à teoria e aos métodos.** Portugal: Porto Editora LTDA, 1994.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira 2.** ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BUKOWSKI, J. F.; MORITA, C. T.; BRENNER, M. B. *Human $\gamma\delta$ T cells recognize alkylamines derived from microbes, edible plants, and tea: Implications for innate immunity.* **Immunity**, v. 11, n. 1, p. 57–65, 1999.

DOGAN, Y. et al. *The Use of Wild Edible Plants in Western and Central Anatolia (Turkey).* **Economic Botany**, v. 58, n. 4, p. 684–690, 2004.

GALISA, M. S. **Educação Alimentar e nutricional: da teoria à prática.** Vila Mariana, SP: Roca, 2014.

KINUPP, V. F.; BARROS, I. B. I. DE. Levantamento de dados e divulgação do potencial das plantas alimentícias alternativas no Brasil. **Horticultura Brasileira**, v. 22, n. 2, p. 1–4, 2004.

LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A.; **Pesquisa em Educação: Abordagens Qualitativas.** São Paulo: Editora pedagógica e universitária Ltda. 1986.

MORAES, R, GALIAZZI, M. do C. **Análise Textual Discursiva.** Ijuí: Unijuí, 2007.

PARDO-DE-SANTAYANA, M. et al. *Traditional knowledge of wild edible plants used in the northwest of the Iberian Peninsula (Spain and Portugal): A comparative study.* **Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine**, v. 3, p. 1–11, 2007.

SAMANT, S. S.; DHAR, U. *Diversity, endemism and economic potential of wild edible plants of Indian Himalaya.* **International Journal of Sustainable Development & World Ecology**, v. 4, n. April 2013, p. 37–41, 2009.



XVIII

Seminário Internacional de Educação no MERCOSUL

II Mostra de Tecnologias
na Educação a Distância
III Mostra de Trabalhos
Científicos do PIBIO
VI Curso de Práticas Socioculturais
Interdisciplinares
VIII Encontro Estadual de
Formação de Professores



ZIMMERMANN, C. Monocultura e transgenia : impactos ambientais e insegurança alimentar. **Veredas do Direito**, v. 6, n. 12, p. 79–100, 2009.