



# IV Seminário de Agroecologia e Produção Orgânica Sertão Produtivo



## PANCS: Cultivando e valorizando a diversidade

Profa Dra. Edilza Nascimento



# Histórico

Potencial das plantas **silvestres**  
ou **espécies**  
**pouco utilizadas**

**BIODIVERSIDADE**- abundância de  
espécies de **vegetais comestíveis**;

**Famine Foods** (FREEDMAN, 2001)  
**NUS** (Neglected and Underutilized Species)  
(PADULOSI, HOESCHLE, ZELENON, 2004)  
**PANCS** (KINUPP, 2007)

- ✓ Relacionar as políticas nacionais e internacionais que abordam questões globais: fome, subnutrição e a pobreza;
- ✓ Promover segurança alimentar e nutricional ;
- ✓ Conservar os sistemas agrícolas sustentáveis;
- ✓ Estabelecer listas nacionais e regionais- investigar e catalogar estas espécies.





# Biodiversidade

## Brasil

- ✓ Representa 15-20% das espécies;
- ✓ 1/3 pode ser utilizada como alimento;
- ✓ Potencial a ser explorado.



90% dos alimentos consumidos

Menos de 30 espécies

Arroz, trigo, soja e milho

## PANCs

São plantas que possuem uma ou mais partes que podem ser utilizadas na alimentação humana, tais como: **raízes, tubérculos, bulbos, rizomas, cormos, talos, folhas, brotos, flores, frutos, sementes, látex ou goma.**

(KINUPP, 2007)



## Acrônimo PANC (KINUPP, 2007)

- ✓ **Plantas** ou **partes** delas que possuem funcionalidade alimentícia;
- ✓ Falta de conhecimento: não **comuns**, **corriqueiras** ou **do dia a dia** de grande parte da população;
- ✓ Estão fora das cadeias produtivas formais;
- ✓ Economicamente inexploradas.



# Por que é importante a exploração e valorização?

- ✓ Estima-se que há 30.000 espécies com potencial alimentício;
- ✓ Mais de 12.000 catalogadas.

Pesquisas em andamento para **exploração, valorização e cultivo**

Convencionais



Não Convencionais

Depende da região

Resistência e adaptabilidade

Fácil multiplicação/  
Espontâneas

Excelentes fontes de nutrientes e  
compostos bioativos



Impacto para SAN



Qualidade nutricional  
e propriedades  
funcionais

Valorização da  
agrobiodiversidade

Resgate da cultura  
alimentar



# SAN- Segurança Alimentar e Nutricional?

É definida como a realização do direito de todos ao **acesso REGULAR e PERMANENTE a alimentos de QUALIDADE, em QUANTIDADE suficiente,** sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais;

Tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que **respeitem a DIVERSIDADE CULTURAL, e que sejam SOCIAL, ECONÔMICA e AMBIENTALMENTE SUSTENTÁVEIS** (BRASIL, 2006)



# Insegurança Alimentar e Nutricional

- ✓ **Leve:** é quando se tem a preocupação com o acesso ao alimento no futuro e nos quais há comprometimento da qualidade deste alimento;
- ✓ **Moderada:** se refere à convivência em determinados períodos com a restrição de alimentos;
- ✓ **Grave:** refere-se a privação de alimentos, podendo chegar a expressão mais grave – a fome.





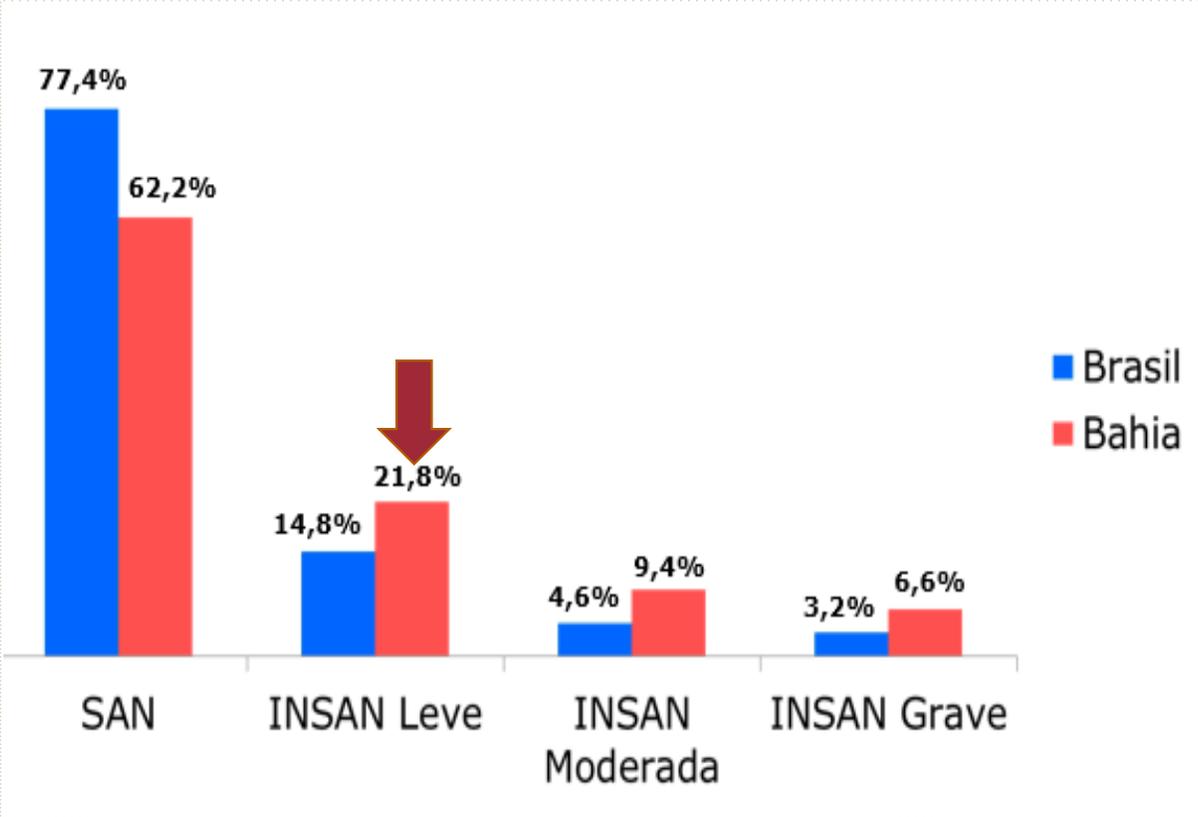
# SAN x INSAN

✓ Retorno do Brasil para o mapa da fome- (FAO, 2019)

✓ **INSAN- Norte e Nordeste 22,6%**

**SAN- 59,1%**  
**INSAN LEVE- 22,9%** ←  
**INSAN MODERADA- 14,6%**  
**INSAN GRAVE- 3,4%**

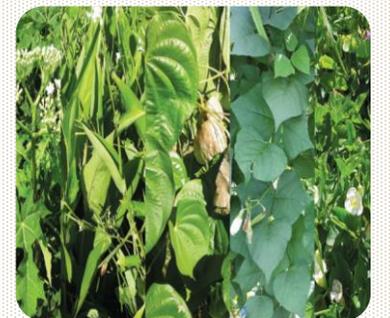
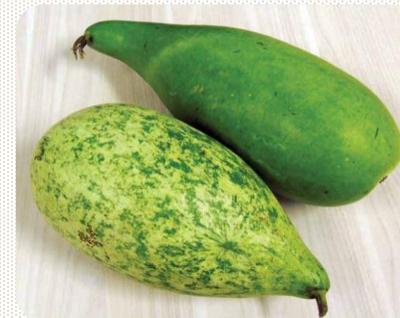
SEPLAN, 2018





**Estratégias para promoção da SAN?**

# Cultivo e valorização das PANCs!



# PANCS como estratégia para promoção da SAN

Uso de recursos vegetais locais

Produção de alimentos de base comunitária

Resgate das práticas alimentares regionais

Melhoria do padrão nutricional





# Rede Panc-Bahia

Plantas Alimentícias Não  
Convencionais na Bahia:  
**UMA REDE EM  
CONSOLIDAÇÃO**

- ✓ Resgate de material botânico;
- ✓ Diagnostico das PANCS;
- ✓ Emergentes e outras espécies;
- ✓ Ampla divulgação das PANCS.

- ✓ Inclusão de agricultores familiares e outras populações tradicionais do campo;
- ✓ Fortalecimento da soberania alimentar dos produtores e suas famílias;
- ✓ Consumo de alimentos com alto valor nutricional;
- ✓ Boa fonte de renda adicional para as famílias.



# Rede Panc-Bahia

## PANC'S na Bahia

- ✓ Emergentes
- ✓ Espécies rudimentares e silvestres



# PANCs na Ba (Rede Panc-Bahia)

## Diagnóstico



Fonte: google imagens

**Emergentes**

- ✓ Cultivadas para a comercialização;
- ✓ Disseminadas;
- ✓ Usadas na comunidade.

**Silvestres e rudimentares**

- ✓ Obtidas pelo próprio consumidor;
- ✓ Plantios em quintais;
- ✓ Espécies que não chegam à comercialização.

# PANCs na Ba

## Emergentes



**Língua-de-vaca**



**Coentro da Índia**



**Taioba**



**Melão coalhada**



**Caxixe**



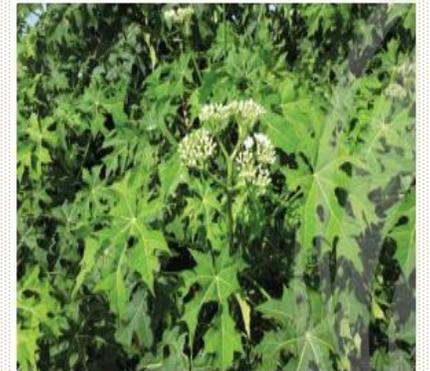
**Beldroega**



**Vinagreiras**



**Bredo**



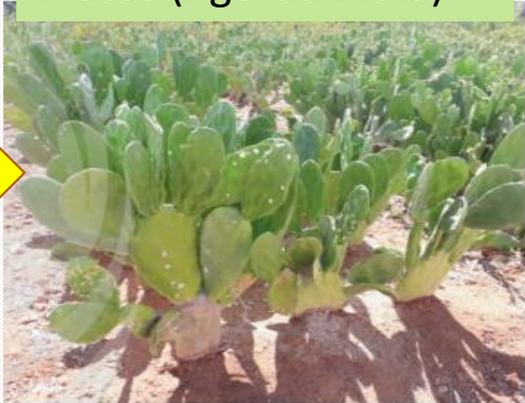
**Ora-pro-nóbis**

## Silvestres



# Uso e distribuição geográfica das PANCs na Ba

Frutos (figo-da-Índia)



Palma



Batata da serra

Chapada Diamantina



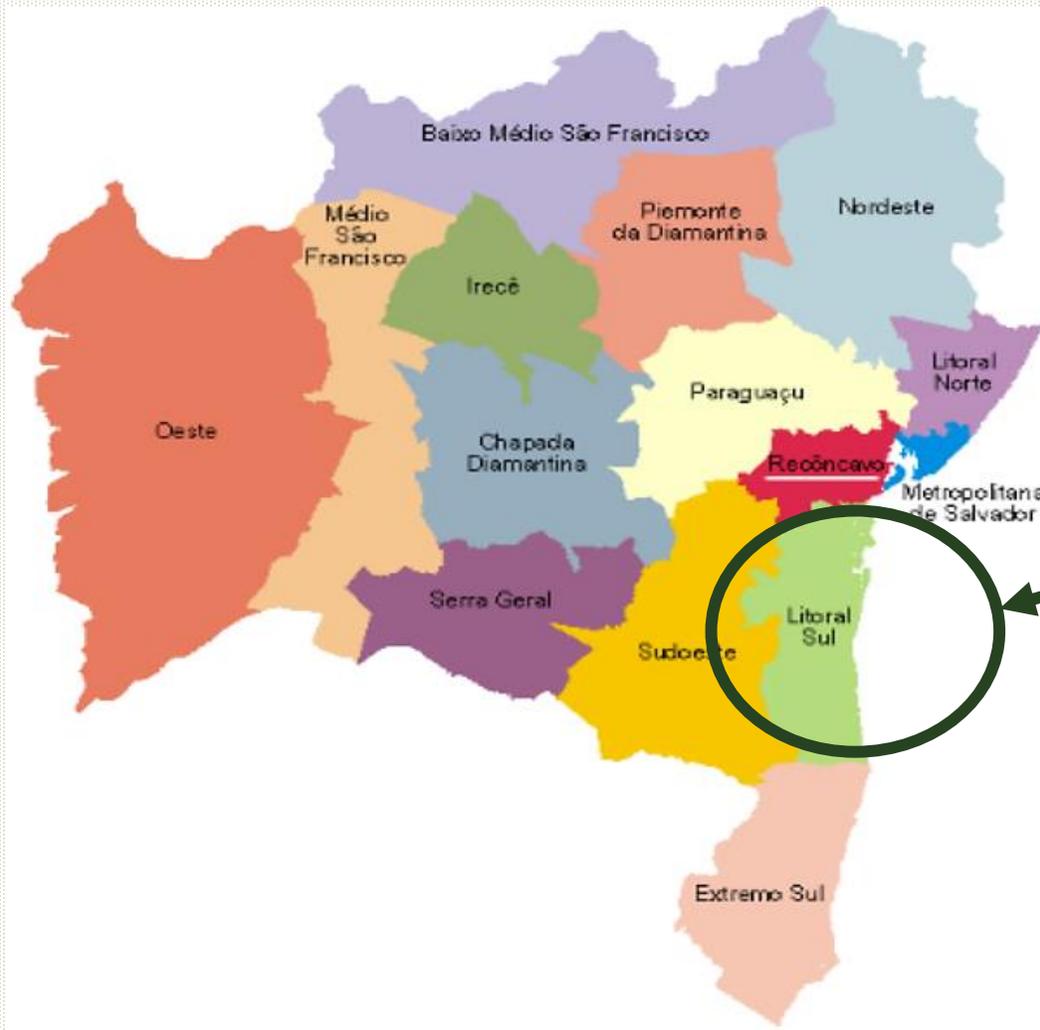
Mucugê



CambuÍ



# Uso e distribuição geográfica das PANCs na Ba



Brotos e sementes



**Araucária**

Nativa do Brasil/ Norte a Sul



**Taioba**

**Sul da Bahia**



**Palmito da pata-de-elefante**



**Vinagreira ou Hibisco**

# Uso e distribuição geográfica das PANCs na Ba



Araruta



Caruru



Mandacaru

Recôncavo Baiano



Ora-pro-nóbis



Beldroega

# PANCs e seu potencial-Projeto Bahia Produtiva

Produção e consumo direto de PANCS e produtos da biodiversidade regional



## Plantas Alimentícias Não Convencionais & Saúde

Segurança Alimentar e Nutricional  
Projeto Bahia Produtiva



## Ora-pro-nóbis

(*Pereskia aculeata*)



Planta perene, resistente, de características nutricionais reconhecidas e com sabor especial. A planta perene é aquela que produz por vários anos sem necessitar ser replantada. Nativa do Brasil, é mais tradicional o seu uso em Minas Gerais, sendo muito usada em cercas vivas, devido à presença de acúleos (espinhos). Entretanto, para o cultivo, sugere-se o plantio com podas sucessivas para utilizadas de suas folhas e para ajudar a compor a forma uma de taça, de maneira bonita e equilibrada.



### COMO PLANTAR

Fazer o enraizamento de estacas, com 15 a 20 cm. Em cerca viva, manter 1,0 m entre plantas. Em campo aberto, fazer plantio em linhas simples ou duplas (1,0 a 2,0 m entre linhas) com 1,0 a 1,5 m entre plantas.



### COMO CUIDAR

Capinar em torno dos berços (covas) quando necessário, em geral, após as podas de colheita. Fazer adubações de cobertura com matéria orgânica (esterços variados previamente curtidos) a cada duas colheitas. Realizar podas de formação a partir de dois meses, levando para desfolha à sombra. Apesar da resistência à seca, para manter a produção, em períodos secos irrigar uma vez a cada duas semanas.



### COMO COLHER

Inicia-se dois a três meses após o transplante de mudas. Pode-se colher folhas isoladas, mas a recomendação é fazer podas, sendo cada poda uma colheita.



### COMO USAR

As folhas são usadas em diversas receitas, destacando-se pratos como caldos, sopas, cozidos, carnes ensopadas de aves, suínos ou bovinos. Também se faz farofa, torta salgada ou mesmo saladas, no caso de folhas novas. Os frutos são comestíveis, mas deve-se ter cuidado com os espinhos delicados. Dar preferência pelo consumo das folhas cozidas ou refogadas.

### ASPECTOS NUTRICIONAIS

As folhas são ricas em proteínas, fibras e minerais como cálcio, magnésio, ferro e zinco. Sendo assim, a presença da ora-pro-nóbis na alimentação é importante para a manutenção dos músculos, garantindo força e sustentação do corpo, e das células de defesa, diminuindo as chances de gripes, resfriados e infecções. Excelente fonte de proteínas, possuindo todos os aminoácidos essenciais ao nosso organismo.



# PANCs e seu potencial-Projeto Bahia Produtiva

Rico em potássio e cálcio



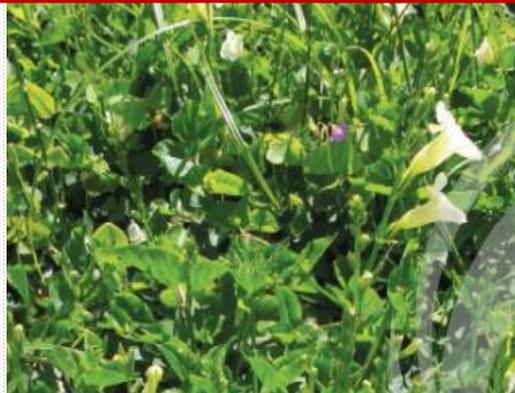
**Chaya**

Fonte de proteína vegetal



**Feijão mangalô**

Fitoquímicos, vitaminas e minerais



**Espinafre da Índia**

Fonte de fibras



**Araruta**

→ Inserido na merenda escolar do Recôncavo

Rico em potássio e cálcio



**Almeirão**

Rico em potássio, cálcio e ferro.



**Mangarito**

# Outras PANCs e seu potencial



**Coração da bananeira**



**Folhas de cenoura**



**Folhas de batata doce**

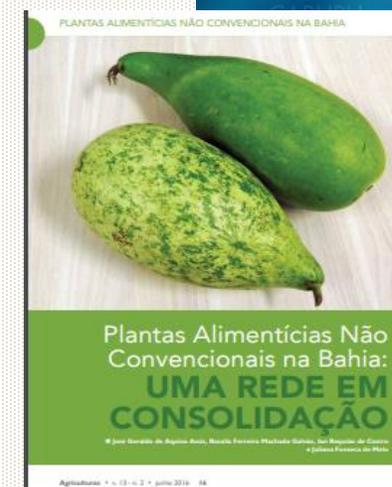
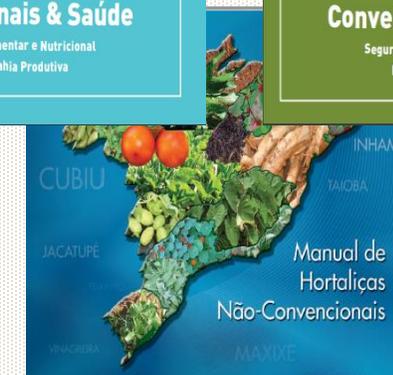
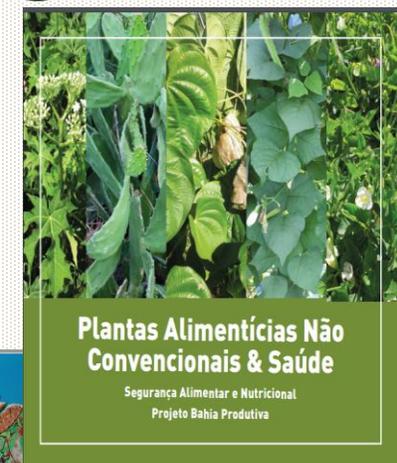
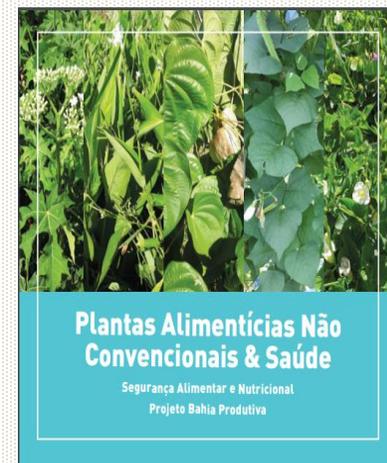


**Maracujá do mato**



# A comunicação como ferramenta estratégica

- ✓ Vínculo das Pancs com a memória afetiva;
- ✓ Disseminação de informações sobre as PANCs;
- ✓ Encontros: trocas de mudas e sementes;
- ✓ Apoio à hortas comunitárias e divulgar o tema em espaços educativos;
- ✓ Elaboração de guias e livros de receitas.



# Propostas para disseminação das PANCs



Outubro de 2017

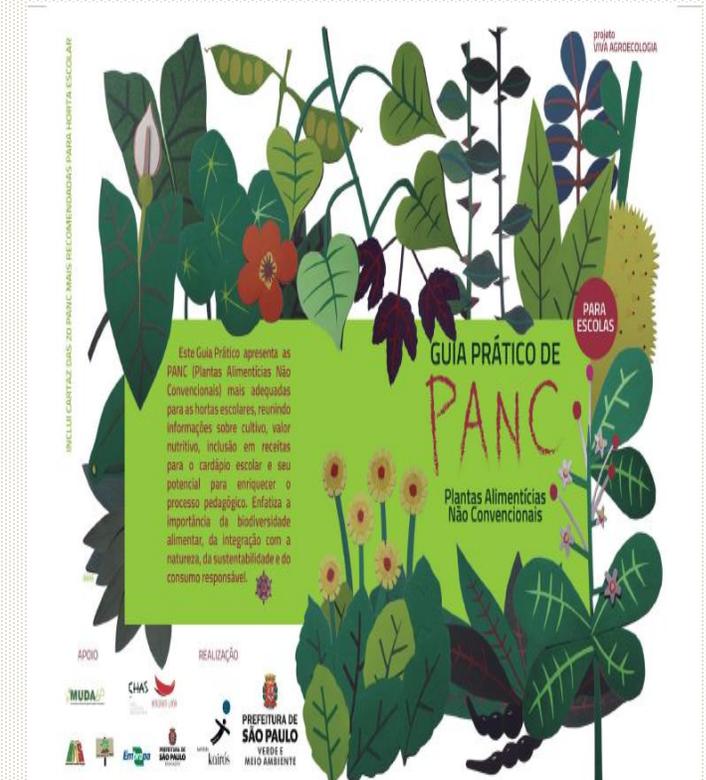
Horta escolar

Fevereiro 2018



## DESAFIOS:

- ✓ Apoio dos gestores e servidores;
- ✓ Capacitação continuada;
- ✓ Desenvolver estratégias de comunicação em todos os espaços, da horta ao prato, favorecendo reconhecimento e identificação da PANC como alimento.



# Propostas para disseminação das PANCs



**Roda de conversa**

**Extensão**

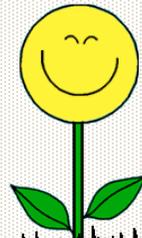
Fortalecer o vínculo entre  
**A Ciência e a Comunidade**



**Horta comunitária**



“As respostas estão na natureza,  
faltam boas perguntas.”



**Obrigada!**

edilza.nascimento@ifbaiano.edu.br

<https://www.facebook.com/pancsulbahia/>

<https://pancsulbahia.wordpress.com/sobre-pancs/>

<https://redepancbahia.wixsite.com/redepancbahia/pancs-1>