



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro de Educação e Humanidades

Faculdade de Formação de Professores

Carla de Souza Gomes de Farias

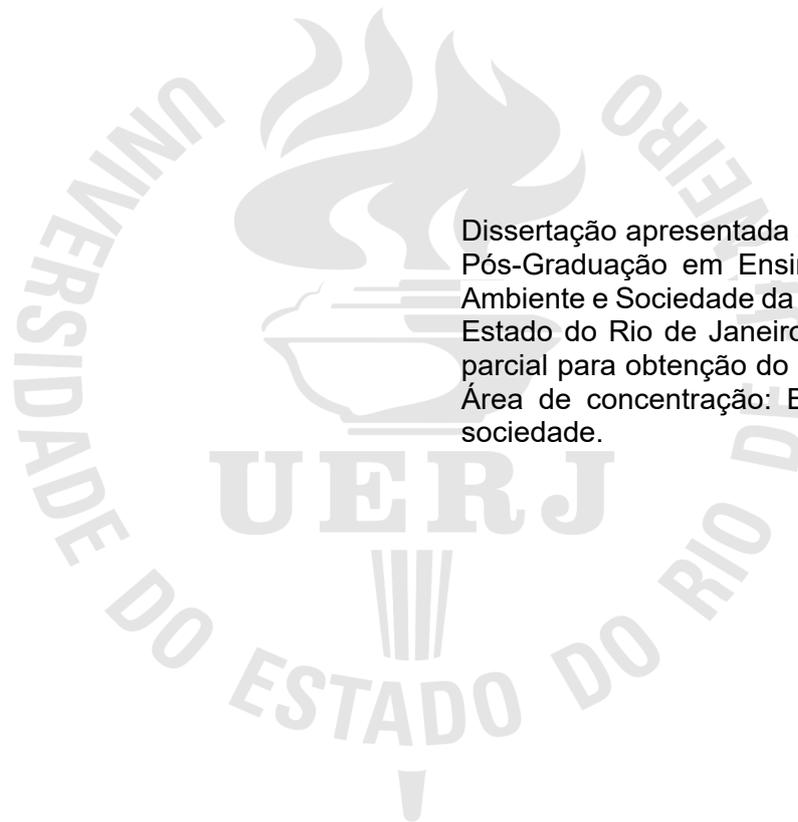
Plantas alimentícias: diversidade e memórias dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé (RJ) e suas famílias

São Gonçalo

2024

Carla de Souza Gomes de Farias

Plantas alimentícias: diversidade e memórias dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé (RJ) e suas famílias



Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências, Ambiente e Sociedade da Universidade do Estado do Rio de Janeiro como requisito parcial para obtenção do título de Mestre. Área de concentração: Biodiversidade e sociedade.

Orientador: Prof. Dr. Marcelo Guerra Santos

São Gonçalo

2024

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ/REDE SIRIUS/BIBLIOTECA CEH/D

F224 TESE	<p>Farias, Carla de Souza Gomes de. Plantas alimentícias: diversidade e memórias dos do ensino médio de uma escola pública do município de Magé (RJ) e suas famílias / Carla de Souza Gomes de Farias. – 2024. 83f. : il.</p> <p>Orientador: Prof. Dr. Marcelo Guerra Santos. Dissertação (Mestrado em Ensino de Ciências, Ambiente e Sociedade) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Faculdade de Formação de Professores.</p> <p>1. Alimentos naturais – Teses. 2. Agricultura familiar - Teses. 3. Segurança alimentar – Teses. I. Santos, Marcelo Guerra. II. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Faculdade de Formação de Professores. III. Título.</p>
CRB7 – 6150	CDU 612.392.7

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta dissertação, desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

Carla de Souza Gomes de Farias

Plantas alimentícias: diversidade e memórias dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé (RJ) e suas famílias

Dissertação apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre, ao Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências, Ambiente e Sociedade da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Biodiversidade e sociedade.

Aprovada em 24 de junho de 2024.

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Marcelo Guerra Santos (Orientador)
Faculdade de Formação de Professores – UERJ

Prof.^a Dra. Odara Horta Boscolo
Universidade Federal Fluminense

Prof. Dr. Wagner Gonçalves Bastos
Faculdade de Formação de Professores – UERJ

Prof. Dr. Thiago Saide Martins Merhy
Instituto Federal do Rio de Janeiro

São Gonçalo

2024

DEDICATÓRIA

Ao meu esposo Marcelo Napoleão de Farias, pela paciência nas minhas ausências.

Às minhas amadas filhas, Juliana e Beatriz, pelo carinho, incentivo e auxílio, quando durante a caminhada, precisei de apoio para continuar a jornada.

In memoriam, minha mãezinha Ligia Faria, querida e amada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus e a todos que participaram, direta ou indiretamente, desta jornada. Retornar a estudar, quando o cotidiano é tomado de responsabilidades, não é uma tarefa fácil, porém é desafiador e prazeroso.

Agradeço a minha família, pelo incentivo e apoio. Ao meu esposo Marcelo Napoleão, pela parceria e companheirismo e, em especial, as minhas queridas filhas, Juliana e Beatriz.

Aos queridos que encontrei durante as aulas no FFP, que foram companheiros e dividiram as alegrias e os ranços, em especial a Flávia Conceição Sodré e Daniel Baptista da Silva.

Ao amigo Viller Contarato, por escutar e esclarecer quando as dúvidas pairavam diante das curvas da caminhada.

Ao meu professor orientador Marcelo Guerra, por acreditar no projeto e possibilitar agregar conhecimento, por guiar e oportunizar a cursar o mestrado.

Que o teu remédio seja o teu alimento e que o alimento seja o teu remédio.

Hipócrates, Pai da Medicina (460-377 a.C.)

RESUMO

FARIAS, Carla de Souza Gomes de. *Plantas alimentícias: diversidade e memórias dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé (RJ) e suas famílias*. 2024. 83f. Dissertação (Mestrado em Ensino de Ciências, Ambiente e Sociedade) – Faculdade de Formação de Professores, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, São Gonçalo, 2024.

Como ambiente de ensino-aprendizagem, a escola deve proporcionar o desenvolvimento do estudante diante do espaço multicultural em que está inserido, articulando os temas que são discutidos em sala de aula com as suas vivências. Nesse sentido, a interação entre os saberes escolares e dos estudantes e seus familiares são essenciais. A escola tem a possibilidade de dialogar sobre a importância do consumo dos alimentos saudáveis e culturais, dentre eles os vegetais (plantas). O estudo tem como objetivo principal analisar o conhecimento e o uso que os estudantes do ensino médio e suas famílias possuem sobre plantas alimentícias. A pesquisa foi realizada com estudantes do 1º e 2º ano do período noturno do ensino médio regular de uma escola estadual localizada no município de Magé, região metropolitana do estado do Rio de Janeiro. Para a coleta de dados foi empregada a observação participante plena. Foram realizadas entrevistas estruturadas utilizando um questionário com perguntas abertas e fechadas. Durante a execução da pesquisa, foi empregado o uso das notas de campo. Inicialmente foi construída uma lista livre com todos os nomes populares de plantas alimentícias citadas pelos estudantes, que foram classificadas quanto a sua fonte, consumo e origem geográfica. Como atividade clímax, foi realizada uma exposição e degustação de receitas produzidas pelos estudantes e seus familiares utilizando PANC (Plantas alimentícias não convencionais). Os estudantes citaram 78 plantas alimentícias, sendo 78,2% de espécies exóticas. O hábito de cultivar em quintais é praticado por 77,42% dos estudantes e seus familiares, e tem por finalidade consumir o que for colhido. A maioria dos estudantes (80,65%) desconhecem os hábitos alimentares de seus antepassados e, 67,74% consideram que a sua alimentação é diferente daquela que seus pais e avós consumiam. No entanto, os estudantes têm a percepção de que a alimentação deles era mais saudável, e alegam que isso se deve a maior diversidade de vegetais cultivados e consumidos por eles. Do total, 67,74% dos estudantes desconheciam o termo PANC. Poucos estudantes (29,03%) citaram PANC utilizadas em receitas culinárias por seus familiares. Para a degustação na escola, os estudantes levaram 14 pratos preparados com receitas que utilizaram a casca, a folha, a semente e o fruto de oito espécies de plantas. A diversidade alimentar disponível no ambiente em que o estudante vive, reconhecendo e valorizando os saberes familiares de seus antepassados e formas de alimentação dos mesmos, tem o potencial de agregar conhecimento e possibilidades de cultivo e consumo das plantas, gerando, também, a oportunidade de variabilidade ao cardápio, ampliando o paladar e a nutrição. O resultado reflete a necessidade de difundir a diversidade alimentar disponível no ambiente em que o estudante vive, reconhecendo e valorizando os saberes familiares de seus antepassados e formas de alimentação dos mesmos e o potencial de agregar conhecimento e possibilidades de cultivo e consumo das plantas, gerando, também, a oportunidade de variabilidade ao cardápio, ampliando o paladar e a nutrição.

Palavras-chave: conscientização alimentar; plantas alimentícias não convencionais (PANC); memória da alimentação familiar; soberania alimentar.

ABSTRACT

FARIAS, Carla de Souza Gomes de. *Food plants: diversity and memories of high school students from a public school in the city of Magé (RJ) and their family*. 2024. 83f. Dissertação (Mestrado em Ensino de Ciências, Ambiente e Sociedade) – Faculdade de Formação de Professores, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, São Gonçalo, 2024.

As a teaching-learning environment, the school must provide for the development of students in the multicultural space in which they live, linking the topics discussed in the classroom with their experiences. In this sense, interaction between school knowledge and that of students and their families is essential. The school has the opportunity to talk about the importance of consuming healthy and cultural foods, including vegetables (plants). The main objective of this study was to analyze the knowledge and use that high school students and their families have of food plants. The research was carried out with students from the 1st and 2nd year of evening classes at a state school in the municipality of Magé, in the metropolitan region of Rio de Janeiro. Full participant observation was used to collect the data. Structured interviews were conducted using a questionnaire with open and closed questions. Field notes were used during the research. Initially, a free list was drawn up of all the popular names of food plants mentioned by the students, which were classified according to their source, consumption, and geographical origin. The climax activity was an exhibition and tasting of recipes produced by the students and their families using PANC (unconventional food plants). The students mentioned 78 food plants, 78.2% of which were exotic species. 77.42% of the students and their families grow crops in their backyards, to consume what is harvested. The majority of students (80.65%) are unaware of their ancestors' eating habits and 67.74% consider their diet to be different from what their parents and grandparents ate. However, the students have the perception that their diet was healthier, and claim that this is due to the greater diversity of vegetables they grew and consumed. 67.74% of the students were unaware of the term PANC. A few students (29.03%) mentioned PANCs used in cooking recipes by their relatives. For the school tasting, the students brought 14 dishes prepared with recipes that used the pell, leaf, seed, and fruit of eight plant species. The food diversity available in the environment in which the students live, recognizing and valuing the family knowledge of their ancestors and their ways of eating, has the potential to add knowledge and possibilities for growing and consuming plants, also generating the opportunity for variability in the menu, broadening taste and nutrition. The result reflects the need to disseminate the food diversity available in the environment in which the student lives, recognizing and valuing the family knowledge of their ancestors and their ways of eating and the potential to add knowledge and possibilities for growing and consuming plants, also generating the opportunity for variability in the menu, expanding taste and nutrition.

Keywords: food awareness; unconventional food plants (PANC); family food memories; food sovereignty.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 –	Mapa com os distritos do município de Magé, Rio de Janeiro.....	35
Figura 2 –	Aspectos geográficos do município de Magé.....	35
Quadro 1 –	Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) e as receitas apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ.....	56
Figura 3 –	Fotos das receitas com Plantas Alimentícias Não Convencionais produzidas pelos estudantes e apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ.....	57
Figura 4 –	Fotos das receitas com Plantas Alimentícias Não Convencionais produzidas pelos estudantes e apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ.....	58

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Plantas alimentícias citadas por estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ	42
Tabela 2 – Qual a concepção sobre plantas alimentícias não convencionais (PANC) dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ	47
Tabela 3 – Plantas (ou parte delas) consideradas PANC e sua forma de preparo pelos familiares dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ	49
Tabela 4 – Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) e as receitas apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ	53
Tabela 5 – Plantas consideradas plantas alimentícias não convencionais (PANC) e sua forma de preparo pelos familiares dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ.....	54

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

EMBRAPA	Empresa brasileira de pesquisa agropecuária
FAO	<i>Food and Agriculture Organization</i> . Organização das Nações Unidas para a alimentação e a agricultura
FFP	Faculdade de Formação de Professores
PANC	Plantas Alimentícias Não Convencionais
PNAE	Programa nacional de alimentação escolar
POP	Popular
QR	<i>Quick Response</i>
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

	INTRODUÇÃO	12
1	REVISÃO DA LITERATURA	16
1.1	Antolho alimentar: a impercepção botânica.....	16
2	PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS (PANC).....	23
3	RESGATE DA MEMÓRIA FAMILIAR ATRAVÉS DO ALIMENTO.....	26
4	A ESCOLA E A SUA IMPORTÂNCIA NA CONSCIENTIZAÇÃO ALIMENTAR.....	31
5	METODOLOGIA	34
6	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	41
	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	60
	REFERÊNCIAS	62
	APÊNDICE A – Questionário.....	70
	APÊNDICE B – Receitas citadas pelos estudantes.....	73
	APÊNDICE C – Receitas preparada pelos estudantes para a feira de ciências.....	77
	APÊNDICE D – Termo de consentimento livre e esclarecido.....	82

INTRODUÇÃO

O interesse em plantas alimentícias é decorrente da vivência alimentar que presenciei durante parte de minha vida. Por muitas vezes, foram as plantas que nasciam espontaneamente em quintais, o prato principal de refeições, com a companhia das histórias de como se alimentavam os meus antepassados. A família materna, que tem suas raízes no município de Saquarema, no estado do Rio de Janeiro, nos anos de 1930 decide migrar para a cidade do Rio de Janeiro, em busca de uma melhor condição de vida. A nova moradia passa a ser na comunidade Macedo Sobrinho (localizada no bairro do Humaitá, encosta do morro da Saudade), no entorno da lagoa Rodrigo de Freitas. A realidade da cidade é acompanhada com a escassez de comida, o que leva a necessidade de refazer ambientes rurais em que viveram para conseguirem se alimentar. Assim como meus antepassados, muitos outros núcleos familiares que pertenciam à mesma comunidade precisaram resgatar costumes de plantas que consumiam em seus locais de origem, somando com os saberes dos famintos de quem divide as mazelas da vida para garantir um prato cheio. Quando se convive com a falta de dinheiro e tendo “bocas” para alimentar, a sabedoria popular ganha espaço para experimentos e a confirmação de que a terra é sagrada. As plantas alimentícias passam a ser fundamentais para suprir a carência nutricional e como única opção de refeição.

O quintal, para quem possui dificuldades financeiras em adquirir alimentos, apresenta a finalidade de fonte alimentar. O cultivo e a coleta de plantas como frutas, hortaliças e legumes têm por única finalidade a subsistência dessas famílias, sem qualquer conotação com o hábito de consumo de orgânicos. Em muitos casos, de acordo com Santos e Carvalho (2018), a mesma planta que é usada para saciar a fome é aquela utilizada para curar ou amenizar as doenças, em que partes dessa mesma planta têm utilidades diferentes, visando seu aproveitamento. O acontecimento de comer torna-se um desafio a ser vencido diariamente, espantando a dor do vazio do estômago e as doenças, que são um fantasma que ronda os subnutridos e aos que vivem abaixo da linha de pobreza.

Cada vez mais, se alimentar é um ato político (Portilho *et al.*, 2011), no entanto, comer não é só um ato político, é também familiar, histórico, cultural, econômico, inclusivo, social, urgente e, principalmente, visceral, dentre tantos outros a serem

acrescentados. Em uma mesa se reconhece a fartura e a escassez, tanto de qualidade quanto de quantidade, essa tão severa e sem piedade. Do prato vazio, quintais produtivos à soberania alimentar, o alimento é prioridade e seu cultivo é a prática da sobrevivência e resistência. O direito à alimentação, segurança alimentar e soberania alimentar tornaram-se temas periféricos, discutidos em pautas cada vez mais rasas. Em contrapartida, conforme Baraldi (2016), são vistas sob as luzes das grandes publicidades, comidas prontas, com cores vibrantes, bom aroma e gosto marcante, vendendo facilidade no preparo e bem-estar. Para Horta (2020), o resgate da memória alimentar traz à tona a cultura regional, onde o sujeito se reconhece e se percebe inserido na sociedade e é a comida, um elo entre o passado alimentar dos mais vividos e o presente dos mais jovens, saberes que não devem se perder com o tempo, devido sua importância para a sobrevivência e qualidade de vida.

De acordo com Junqueira e Perline (2019), as plantas alimentícias não convencionais (PANC) não despertam, até o momento, o interesse da cadeia produtiva de alimentos, logo não há ofertas e, conseqüentemente, não há o hábito de utilizá-las. Conforme Liberalesso e Oliveira (2020), muitas delas são plantas que não demandam fertilizantes, são rústicas, bem-adaptadas ao bioma em que estão inseridas e de fácil propagação. Confrontando com o agronegócio, as PANC são uma opção de cultivo para a agricultura familiar, sustentabilidade e a conservação da biodiversidade (Durigon; Junior, 2022).

A proposta do presente estudo teve como base o cotidiano alimentar dos estudantes do Colégio Estadual de Magé, localizada no 1º distrito do município de Magé, local onde leciono desde o ano de 2018. Também atuo como professora de ciências do 6º ao 9º do ensino fundamental em uma escola municipal de Magé desde 2014, que se localiza em frente à escola estadual onde foi realizada a pesquisa. Conseqüentemente, uma parte dos estudantes da escola estadual também estudou nesta escola municipal, logo, o meu contato com esses estudantes do segundo fundamental (6º ao 9º ano) permanece até a conclusão do ensino médio.

A merenda é assunto com direito a destaque nas salas de aula. Segundo Bezerra (2009), para muitos estudantes, é a escola o local onde é ofertada a refeição balanceada, assumindo o protagonismo de fornecer comida para este estudante. Finais de semana, feriados e férias, são comemorados para uma parte dos estudantes, porém para outros, remete a dias sem a rotina de refeições completas. Após o retorno das aulas presenciais, houve um aumento expressivo na quantidade de estudantes

que consomem a merenda. A percepção da oferta de alimentos, para o estudante, conforme Cordeiro (2023), passa por mudanças profundas, principalmente com a pandemia da COVID-19, onde empregos foram perdidos e substituições de itens das compras dos supermercados passaram a ser frequentes, levando a uma baixa ingestão de nutrientes, percebidos e relatados pelos estudantes.

O conhecimento das plantas negligenciadas, entre elas as PANC, traz à luz discussões acerca de espécies de plantas que são adaptadas ao ambiente no cenário de alterações climáticas (Durigon; Junior, 2022). A visibilidade de uma maior variedade de oferta de alimentos e, conseqüentemente, a segurança alimentar e nutricional das populações são assuntos que devem ser abordados não somente em escolas, como instrumento educativo, inclusivo e cultural, mas de políticas públicas.

Neste panorama, observa-se a baixa ingestão de nutrientes, alimentos com alta adição de açúcar e conservantes que empobrecem a saúde e depreciam o poder de compra das comunidades. As plantas alimentícias, conforme Kinupp (2007), possuem papel fundamental não só como alimento saudável, mas como comida que está acessível a todos, com os nutrientes necessários para oferecer segurança alimentar, somando a cultura e conscientização ambiental.

Sendo o território da escola um espaço potencial para o diálogo de saberes, conhecer as plantas alimentícias consumidas pelos estudantes e a memória alimentar familiar tornam-se relevantes para a reflexão sobre o relacionamento e a mudança comportamental alimentar (Flores, 2023). O abandono de certos alimentos utilizados pelos antepassados, principalmente os de origem vegetal, é um processo que vem ocorrendo de forma acelerada, trazendo como consequência a monotonia alimentar dominada por ultraprocessados (Baraldi, 2016). Nessa erosão cultural, os indivíduos acabam não se reconhecendo nos gêneros alimentares locais e regionais. É necessário dar luz a uma diversidade de plantas que estão sendo “esquecidas”, muitas delas acabam por receber a denominação de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC).

Desse modo, a presente dissertação teve como objetivo principal analisar o conhecimento e o uso que os estudantes do ensino médio e suas famílias possuem sobre plantas alimentícias. Os objetivos específicos foram (1) Identificar o hábito alimentar e o perfil dos vegetais consumidos (atual e antepassado) pelos estudantes e sua família; (2) Comparar o perfil do consumo de vegetais entre as diferentes gerações familiares dos estudantes; (3) Analisar o conhecimento e utilização dos

estudantes e seus familiares sobre as plantas alimentícias não convencionais (PANC);
(4) Elaborar atividades que promovam o compartilhamento e a disseminação das memórias alimentares da família dos estudantes.

1 REVISÃO DA LITERATURA

1.1 Antolho alimentar: a impercepção botânica

De acordo com Pinheiro e Pontes (2018), a subnutrição é espelhada em um prato cheio de alimentos com baixa ingestão de nutrientes e fartura de agrotóxicos. Conforme Kinupp (2007), eles refletem o desconhecimento e a desvalorização de alimentos regionais, plantas que possuem potencial alimentar e nutritivo que não são reconhecidas como fonte alimentar, logo não são convidadas para compor as refeições. Para Baraldi (2016), em contrapartida, uma dieta com participação de ultraprocessados coloca a comida com o *status* de globalizada, que “além de seu perfil nutricional desfavorável, os produtos prontos para consumo possuem características que facilitam o hábito de comer entre as refeições e que estimulam o consumo excessivo de calorias”. (Martins *et al.*, 2013, p. 663). Em um ambiente favorecido por gôndolas de supermercados, agregando o midiático conceito da falta de tempo, logo, delega-se a responsabilidade a um terceiro em fornecer a alimentação de maneira rápida, não levando em conta a nutrição e a qualidade do que está sendo ingerido.

O desconhecimento de plantas, sua importância e suas utilidades são definidas pelo conceito de *Plant Blindness* (cegueira botânica), termo proposto por Wandersee e Schussler (1998), e em 2001, a teoria da cegueira botânica foi estruturada (Costa; Duarte; Gama, 2019). A cegueira botânica é a dificuldade do conhecimento do mundo vegetal. Wandersee e Schussler (2001) definem:

[...] a cegueira botânica como: a incapacidade de ver ou perceber as plantas em seu próprio ambiente, levando a: (a) a incapacidade de reconhecer a importância das plantas na biosfera, e na sua relação com os humanos; (b) a incapacidade de apreciar as características estéticas e biológicas únicas das formas de vida pertencentes ao Reino Vegetal; e (c) a classificação equivocada e antropocêntrica de plantas como inferiores aos animais, levando à conclusão equivocada de que elas não são dignas da consideração dos seres humanos (Wandersee; Schussler, 2001, p. 3).

Por se tratar de um termo de conotação capacitista, Parsley (2020) propôs um novo nome para a condição, *Plant Awareness Disparity* (disparidade de percepção das plantas, em tradução livre). Ursi e Salatino (2022) propõem, para o português, o

termo “Impercepção Botânica”, visto como mais conveniente que “Disparidade na Percepção Botânica”, por ser menor e possuir uma compreensão mais fácil e imediata.

A impercepção botânica revela o “antolho alimentar”, onde não se percebe a planta, logo, não se percebe o alimento. O antolho é um acessório utilizado em animais para que não percam o foco, consequentemente limitando sua visão. No antolho alimentar, apenas algumas espécies de plantas são utilizadas em culturas alimentares, acarretando a subutilização de grande parte das plantas. É perceptível o antolho alimentar quando a funcionalidade do alimento é reduzida, incluindo a rejeição de partes das plantas que poderiam ser incluídas na alimentação, como por exemplo, cascas, folhas e talos. Agrega-se ao antolho alimentar na ação normalizada do descarte de frutas, legumes e verduras não padronizados, esta muitas das vezes baseado pelo estereótipo de um alimento, como tamanho e formato (Silva *et al.*, 2022). De acordo com Ursi e Salatino (2022), grande parte das plantas alimentícias se torna não convencionais, fator esse que resulta no seu desuso, privando indivíduos ao acervo alimentar que rodeia os ambientes.

A fragmentação do conhecimento e a insciência conduz à depreciação de plantas. A combinação da impercepção botânica e a limitada variedade de cultivo agrícola restringem a quantidade de plantas aptas para a alimentação, potencializando eventual extinção de espécies de plantas. Salatino e Buckeridge (2016, p. 178) mencionam que:

[...] no mundo urbanizado em que vivemos a maioria das folhas, frutos, sementes e raízes com as quais temos contato chegam até nós no supermercado. Muitos de nós não se dão conta de que reconhecemos essas partes da planta. Mas ao ver, por exemplo, uma bela mandioca na gôndola do supermercado, o processo de semiose não nos leva no sentido de imaginar a planta que produz aquela raiz, mas sim um prato de mandioca frita. Ao tomar uma cerveja, não idealizamos a planta de cevada e do lúpulo; tampouco pensamos numa planta de guaraná ao tomar o refrigerante. Isso sugere que em um ambiente altamente urbanizado a oferta dos produtos industrializados, ainda que seus rótulos muitas vezes representem desenhos ou esquemas da planta que origina o tal produto, deve ter um papel fundamental no processo de estabelecimento da cegueira botânica.

O conhecimento da flora e as características que as distinguem umas das outras, por muitas vezes de formas sutis, tornam a necessidade de uma maior percepção na observação das plantas, principalmente quando existem demandas para o consumo. O distanciamento das plantas se reflete na dificuldade de perceber aspectos estéticos e biológicos, pois um erro no seu reconhecimento é a diferença

entre o bem-estar e problemas decorrentes à ingestão. “Grande parte do conhecimento tradicional é repassado de forma oral e, nessa transferência, as informações podem ser perdidas ou mal interpretadas” (Santos; Carvalho, 2018, p. 75). A correta identificação das plantas, tanto alimentar quanto medicinal, é importantíssima para que o consumo e o efeito sejam desejáveis. “Deve-se estar atento à forma de uso, pois determinadas plantas ou partes dela não devem ser ingeridas” (Santos; Carvalho, 2018, p. 87). Não são todas as partes das plantas comestíveis que podem ser consumidas, assim como as plantas medicinais. Conforme Santos e Carvalho (2018, p. 87):

Um alerta importante no uso de plantas medicinais é a falsa ideia de que as plantas são remédios naturais e por isso não fazem mal à saúde. Isso não é verdadeiro! Algumas plantas são tóxicas ou possuem substâncias que, quando ingeridas em grande quantidade, podem provocar prejuízos à saúde, inclusive levando à morte.

No que se refere aos cuidados com o consumo de plantas alimentícias e medicinais, o alerta estende-se pelos diversos nomes que cada planta é conhecida, o que gera insegurança quanto ao consumo. Porém, a compreensão pelo nome científico não é sempre possível, porque no entendimento tradicional, as plantas são conhecidas por nomes que se popularizam, o que dificulta a identificação na literatura técnica. Santos e Carvalho (2018, p. 73), explicam a dinâmica do (re)conhecimento dos nomes de plantas:

O reconhecimento tradicional das plantas é baseado em nomes populares, o que pode causar confusão. Uma determinada espécie pode receber diversos nomes, principalmente em diferentes regiões, ou várias espécies receberem um mesmo nome popular. Novamente ressalta-se a importância de um especialista local no reconhecimento e/ou na transmissão desse saber.

A dificuldade de distinguir diferentes plantas no ambiente, e por sua vez, seu potencial alimentar, empobrece o prato e a possibilidade de uma alimentação justa. Segundo Leão *et al.* (2013), o direito humano à alimentação adequada é assegurado na quantidade e qualidade de alimentos seguros. O termo justamente prevalece como um direito à alimentação saudável respeitando a biodiversidade. Conforme evidências encontradas em Guanziroli (2007), a maior especialização da agricultura familiar pode contribuir para o crescimento da produtividade agrícola. A articulação entre o estado brasileiro e a produção da agricultura familiar, com o estímulo à produção de plantas

alimentícias não convencionais é fundamental, visando a oferta de alimento com distribuição equitativa entre a população, aproximando o resgate cultural alimentar, melhor distribuição de renda e conhecimento da importância da manutenção da biodiversidade.

As adequações necessárias para a produtividade do sistema agrícola contemporâneo têm como consequências alterações profundas em biomas, com impactos na fauna e flora local. De acordo com Júnior (2017, p. 3), “A agricultura é, provavelmente, o setor da economia mais afetado pelas mudanças climáticas”. As modificações do ambiente para a prática das monoculturas ultrapassam o campo do plantio, alcançando a mesa do consumidor, alterando a percepção do que é alimento e suas formas de consumo. Quando o incentivo à ingestão de alimentos não possui na sua constituição, a representação da biodiversidade local, expõe como resultado a negligência do potencial alimentar brasileiro. Discursos de depreciação dos alimentos locais ocorrem paralelamente à universalização de poucas espécies alimentares, que segundo Diez Garcia (2003), onde todos se alimentam do mesmo tipo de cultura, levando do desuso ao esquecimento, e com o passar do tempo, o desconhecimento se acomoda como ideia, não pertencendo à determinada planta como opção alimentar.

A população mais vulnerável é exposta à globalização alimentar, sem mesmo perceber o quão invasivo é na sua vida e as consequências que interferem na sua saúde. De acordo com Abreu *et al.* (2001), as desigualdades na disponibilidade dos alimentos, nas condições climáticas, no aparato técnico, em toda logística da distribuição são limites importantes que dificultam o acesso aos alimentos nos países pobres. A oferta de alimentos que não suprem a demanda nutricional, aos poucos corrói a qualidade de vida, conseqüentemente, prejudicando as atuais e futuras gerações, que são e serão negligenciadas.

A industrialização da alimentação se reflete não somente na oferta de alimentos, mas na produção e seleção do que se consome, transformando práticas centenárias do campo em obsoletas (Dias, 2018). Fato que ocorre diante do processo de modernização da agricultura e da cultura *POP* alimentar. A transfiguração das lavouras, onde o conhecimento dos antepassados era cultivado junto com as plantas, na atualidade é substituída em plantações industriais que desconhecem hábitos alimentares da população, ofertando poucas opções de matéria-prima nos alimentos, não havendo diversificação alimentar, conseqüentemente o mais do mesmo, com

embalagens diferentes. Conforme Diez Garcia (2003, p. 488), “A desterritorialização do alimento difunde-o em escala mundial”, quando a articulação do alimento com a economia globalizada está voltada para a acumulação do capital, retratando as desigualdades de povos quando a alimentação se torna homogênea. O mesmo alimento que no passado compunha o prato e era cultivado em quintais ou em pequenas hortas, no presente, quando os descendentes da população do campo consomem as mesmas comidas, a chamam de iguaria, sendo que consumir plantas regionais é pitoresco e rústico, o que era comum se tornou um ato de resistência.

A midiática transforma o ato de comer em uma contemplação (Baraldi, 2016), ambiente em que a estética da aparência, cheiro e sabores se sobrepõem à nutrição, apropriando-se do poder de escolha da população, que convive com situações conflitantes. Por um lado alimentos gordurosos, açucarados, com excesso de sódio e com preços que cabem no orçamento em oposição a produtos direcionados para um consumo de alimentação orgânica, que em uma parcela destas mercadorias apresentam-se mais onerosos quando comparado com outras linhas de produtos não direcionado para o nicho do mercado da alimentação saudável. Em ambas as situações, a alimentação saudável não é só uma questão de querer consumir, mas de possuir condições financeiras, resultando em não acessibilidade para a população que não pode pagar. Porém, mesmo para aqueles que possuem a alternativa da escolha, os alimentos industrializados estão presentes, independente dos motivos que proporcionam seu consumo. O antolho alimentar acompanha o indivíduo a partir de suas escolhas alimentares, restringindo as opções ao redor, mesmo no ambiente de alternativas de alimentos saudáveis. O antolho alimentar é percebido principalmente por indivíduos que, mesmo possuindo condições financeiras de adquirir alimentos saudáveis, os substituem por produtos processados, e “dessa forma, qualquer indivíduo está susceptível à influência social para adaptar a seus gostos e, conseqüentemente, às suas escolhas alimentares” (Jomori *et al.*, 2008, p. 65). A mudança de perfil alimentar da população, em que a valorização de refeições rápidas, de fácil preparo e industrializados são adaptadas para as rotinas apressadas, corrobora que “essas situações atendem à necessidade dos consumidores da vida moderna, em que a praticidade e a economia de tempo são fatores importantes” (Lombardi *et al.*, 2004, p. 21). A atuação do *marketing* e o consumo de alimentos ultraprocessados, segundo Baraldi (2016, p. 83), “induziu a adaptação dessa aceitação de modo sutil”, onde o indivíduo torna-se neutro nas escolhas de seu

alimento, onde se torna um personagem que ingere, engole, adocece, resultado de suas indiferenças e distanciamento de bons hábitos alimentares.

Neste sentido, segundo Jomori *et al.* (2008), a escolha alimentar é o resultado do estilo de vida do consumidor, em que ele prioriza suas preferências e necessidades pessoais, direcionando para o que melhor lhe convém, que é representado na dinâmica do antolho alimentar, em que o indivíduo dirige-se a determinado comércio e adquire o alimento, permitindo-se a poucas opções de refeições, mesmo tendo ciência de que alternativas alimentares seriam mais saudáveis e à vista de uma biodiversidade que proporciona palatabilidade e nutrição. Para este indivíduo, independente do alimento saudável disponível, as plantas alimentícias encontradas em quintais, comercializadas em feiras e cultivadas pela agricultura familiar, o consumo além de não estar inserido no seu cotidiano, é cercado de descrença e desvalorização, configurando o antolho alimentar. A redução de novas possibilidades alimentares é rotineira e normalizada pela população, o que conseqüentemente ao evitar, mesmo que de forma inconsciente, a inserção de alimentos oriundos das PANC, e por sua vez ao identificar o que é comercializado, embalado e balizado por propagandas, como um alimento mais seguro (Baraldi, 2016). Essa ação resulta na agregação de novos hábitos alimentares, inserindo na memória alimentar familiar, que somente é entendido como alimento o que está embalado, com código de barra e ofertado em comércios.

A alimentação é um direito que se torna mercadoria quando a dependência de alimentos de outras regiões revela a fragilidade da cadeia produtiva (Pozzetti, 2019). Locais que possuem potencial de produzir, não fomentam o desenvolvimento alimentar, expondo a população a adquirir outros hábitos alimentares, causando estranhamento à sua identidade cultural, e que, conforme Durigon e Junior (2022), ocorre mediante as novidades oriundas da oferta da industrialização.

O trigo, milho e o arroz, segundo a FAO (2019), correspondem quase por 60% de calorias e proteínas diárias. As espécies consideradas as principais fontes alimentares são largamente cultivadas e consumidas, e como consequência, substituindo outras espécies de plantas locais com potencial nutritivo que poderiam ser empregadas na dieta alimentar. De acordo com Carvalho *et al.* (2009, p. 11), “Entretanto, essa biodiversidade está sendo destruída numa velocidade alarmante, devido ao crescimento desorganizado e à exploração sem controle dos ecossistemas e de seus recursos naturais”. O declínio da diversidade alimentar acontece por uma

soma de ações, como a globalização, onde o alimento de um determinado local passa a ser consumido intensamente em outros territórios, tornando-se multicultural e ocupando o espaço de alimentos regionais. Arelados com a globalização, os melhoramentos genéticos, processos de erosão das culturas e rápida extensão da agricultura tecnológica, fatores que promovem a substituição das variedades locais pela uniformização de espécies exóticas ou melhoradas (EMBRAPA, 2022).

Nesse sentido, há uma necessidade de se ampliar a oferta de espécies vegetais alimentícias em contraponto à monotonia alimentar. Nessa perspectiva, as PANC (Plantas Alimentícias Não Convencionais) se apresentam como uma alternativa viável.

2 PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS (PANC)

Segundo Kinupp e Lorenzi (2014), as plantas alimentícias não convencionais (PANC) são as que estão presentes no meio ambiente, mas que a maioria da população não utiliza na sua alimentação, ora por desconhecimento, ora por desuso. No entanto, segundo os referidos autores, o conceito de PANC também pode ser ampliado, contemplando todas as plantas que têm uma ou mais partes que podem ser consumidas na alimentação humana. Nesse caso, incluindo aquelas plantas que são comercialmente produzidas e possuem partes não utilizadas e, eventualmente descartadas.

De acordo com a FAO (2019), “Das cerca de 6 mil espécies de plantas cultivadas para alimentação, menos de 200 contribuem substancialmente para a produção global de alimentos, e apenas nove respondem por 66% da produção agrícola total.” A potencialidade do cultivo das plantas alimentícias não convencionais como alternativa para alimentação e uso sustentável da biodiversidade, principalmente das plantas nativas, é uma alternativa para atender a demanda por alimentos de uma esfera micro para macro, o que acarretaria em uma mudança escalonada do comportamento alimentar, resultando na valorização da agricultura familiar e uma distribuição justa de renda. A cerca do cultivo, uso e conhecimento das PANC, Kinupp (2009) afirma:

No que se refere às hortaliças nativas a pesquisa, o cultivo, o uso e a valorização parece ser ainda menor. As frutas têm o chamariz da cor, da doçura e da suculência, já as hortaliças em geral são tratadas como "mato", "coisas verdes" aguadas e sem sabores característicos. As nativas, as quais são tratadas aqui como hortaliças regionais ou genericamente como não convencionais, inegavelmente são "matos" enquanto não cultivadas e utilizadas com regularidade. Mas, este enquadramento pode ser transitório. Algumas espécies hoje tidas como culturas agrônômicas foram tratadas como inços ou "daninhas" até muito recentemente e outras, outrora muito utilizadas, caíram em desuso (Kinupp, 2009, p. 2).

Diversas plantas alimentícias não convencionais são encontradas em quintais, terrenos baldios, jardins, praças, e inúmeros locais, onde a impercepção botânica colabora para tornar as plantas alimentícias invisíveis. Várias PANC são classificadas como plantas ruderais ou daninhas, ou seja, plantas que proliferam em ambientes antrópicos e crescem em locais ou momentos indesejados, respectivamente. Elas têm

como uma das suas características a adaptação em diferentes ambientes, sem a necessidade de serem cultivadas, contribuindo para a biodiversidade de cultivos por nascerem em ambientes diversificados (Kinupp, 2009). Dentre as inúmeras aplicações de uso e consumo das PANC, a alimentação é a principal, porém não a única. Elas também são utilizadas como ornamentais, medicinais e inseticidas (Kinupp, 2007).

O estímulo de consumir plantas alimentícias não convencionais esbarra no cenário em que há uma escassa oferta de PANC em comércios. Mesmo que diversas espécies de PANC sejam plantas ruderais e cresçam espontaneamente (Kinupp, 2007), elas não estão acessíveis a todos para todos os consumidores. O ato de plantar e/ou coletar não é sempre viável, já que para uma parte da população que deseja consumir PANC não é possível devido à ausência de espaços nas habitações e no seu entorno para cultivar alimentos saudáveis. De acordo com Pozzetti *et al.* (2019, p. 16), “O direito humano à alimentação saudável reside na possibilidade de acessar alimentos orgânicos, nos quais não se tenha utilizado agrotóxicos, o que pode ser viabilizado ao privilegiar culturas locais”. Não há como romantizar uma mudança alimentar simplesmente informando os benefícios de alimentos orgânicos e o consumo de PANC. São imprescindíveis a disponibilidade e a acessibilidade de alimentos frescos, de qualidade, por um preço justo para a população. Uma alternativa seria a implantação de um cinturão verde, que, segundo Do Carmo (2019), é uma área localizada no entorno da cidade e que possui características que permitem projetá-la para a colaboração com a produção de alimentos, visando auxiliar a suprir a demanda de hortifrutigranjeiro dos habitantes das localidades em que o cinturão verde está configurado.

O cinturão verde assegura que plantas alimentícias sejam cultivadas e comercializadas localmente, no entanto, não é o propósito que o cinturão verde seja o único responsável em abastecer os produtos de *hortifruti* da cidade, porém, é a possibilidade da diversificação de plantas alimentícias que podem ser consumidas em escolas, hospitais, comercializadas em feiras e mercados. “Nesse caso, prevalece o cuidado com a qualidade do alimento ingerido, tanto no que se refere a uma apreciação gustativa como à sanidade e isenção de produtos nocivos à saúde.” (De Camargo *et al.*, 2016, p. 37). Ampliando os consumidores e práticas saudáveis alimentares, quando ofertadas diferentes formas de consumo, o que impactaria na monotonia alimentar a que grande parte da população está habituada.

Uma forma de promover o desenvolvimento econômico local em áreas rurais é criar circuitos locais de produção e consumo em que os pequenos agricultores vendem seu produto em cidades e vilas próximas, adquirindo outros produtos que necessitam dos fabricantes e comércios dessas localidades (Rosset, 2006, p. 320).

O desenvolvimento da agricultura familiar, mediante o cultivo das PANC, com o estímulo de políticas públicas para a soberania alimentar tem como consequência, segundo Liberalesso (2019, p. 41), possibilitar a “agregação de valor e desenvolvimento na economia local”. Oportunizar o consumo de alimentos regionais é o caminho para que a população obtenha refeições de qualidade, gerando renda a agricultores locais, minimizando impactos ambientais e valorizando a cultura regional. O incremento da economia local para a soberania alimentar redefine as relações entre produtores e consumidores, em que o fluxo de bens e serviços seja dinâmico e local, proporcionando benefícios mútuos.

Plantas alimentícias não convencionais não cabem em assuntos sobre alimentação e nutrição alternativa, o que posiciona com *status* de *gourmetização*, sendo rotuladas, segundo Macêdo (2021, p. 42), como “algo direcionado a populações de poder aquisitivo elevado”, ou “alimentação de subsistência”, ou ainda, conforme Marques (2020, p. 49), “suplementação à alimentação de pessoas com carência nutricional”. Em ambas as descrições, as PANC são pautadas superficialmente, ora como ingredientes de pratos elaborados, ora como opção de comida do pobre, direcionando a demanda por amor ou pela dor. Sua comercialização e consumo será o resultado de uma alteração profunda do cardápio e na percepção do paladar, sendo fundamental o resgate do uso das plantas alimentícias regionais e da memória culinária dos antepassados. Para De Miranda e Souza (2021), as PANC podem despertar histórias, em que a alimentação familiar é revivida, sendo importante instrumento para questionamentos sobre a consumo alimentar atual.

3 RESGATE DA MEMÓRIA FAMILIAR ATRAVÉS DO ALIMENTO

Na história da humanidade, a refeição é o momento em que são reunidos os grupos familiares e que os hábitos alimentares são compartilhados. De acordo com Amom e Menasche (2008), é por meio dos sabores e aromas das comidas que a memória afetiva vai se tecendo, histórias sendo contadas e a cultura se manifestando através de costumes e produção de saberes que se perpetuam através dos tempos. Segundo Mintz (2001, p. 31-32), “A comida e o comer assumem, assim, uma posição central no aprendizado social por sua natureza vital e essencial, embora rotineira”. Por meio da alimentação, o homem incorpora nutrientes essenciais ao seu organismo e nutre-se de simbolismos.

Montanari (2008, p. 16) descreve que: “Por meio de tais percursos, a comida se apresenta como elemento decisivo da identidade humana e como um dos mais eficazes instrumentos para comunicá-la.” Praticar o exercício do resgate das memórias da alimentação contribui para a importante tarefa da sociabilidade familiar, vínculos e laços afetivos são preservados junto aos pratos. “O homem se alimenta de acordo com a sociedade a que pertence” (Garine, 1987, p. 4). É na infância que a comida é item que integra na aprendizagem e hábitos, que conseqüentemente reflete na saúde e qualidade de vida. Valente (2002, p. 71), explica que:

As pessoas necessitam de alimento apropriado, no sentido quantitativo. No entanto, isto não é o suficiente. Para o ser humano alimentar-se, o ato é ligado à tradição, vida familiar, amizade e celebrações coletivas. Quando comendo com amigos, com a família, comendo pratos de sua infância e de sua cultura, indivíduos renovam-se a si mesmos além do aspecto físico, fortalecendo a sua saúde física e mental.

A parceria entre nutrir e socializar (Montanari, 2008), onde são construídos elos, permite que a comida assuma a interlocução não-verbal, em que sua presença relata a importância daqueles que a partilham.

Comer não representa apenas o fato de incorporar elementos nutritivos importantes para o nosso organismo, é antes de tudo um ato social. Os padrões alimentares de um grupo sustentam a identidade coletiva ao mesmo tempo em que são centrais para a identidade individual. (Figueiroa, 2004, p. 105).

Constituinte da memória social, o alimento e as práticas de cultivo e preparo são partes da comunicação de uma sociedade. Segundo Amon e Menasche (2008), o tipo de refeição revela épocas do ano, datas comemorativas, ritos de passagem, refletindo sua fartura ou escassez de acordo com a disponibilidade da colheita. Como aponta Mintz (2001, p. 32), “o comportamento relativo à comida revela repetidamente a cultura em que cada um está inserido”, proporcionalmente às mudanças que ocorrem com o tempo ou às intempéries da vida, ingredientes vão sendo substituídos e somados, refletindo o comportamento do grupo.

De acordo com Della Giustina (2009, p. 64), “mas a cultura alimentar de um povo é mais do que bens guardados, são o saber e o saber fazer, é o patrimônio imaterial”. E como patrimônio imaterial, a cultura alimentar e as memórias transcendem sobre comportamentos e a identidade familiar, expressando determinada sociedade em que o sujeito está inserido. Amon e Menasche (2008) descrevem que mesmo sem a conscientização, a refeição se constitui em uma reunião, a dinâmica do ato de comer e a exposição do alimento é o momento de os membros da família compartilharem suas rotinas, vinculando memórias e pertencimento coletivo.

As memórias que são construídas na infância, com hábitos e sabores, permeiam a vida adulta do sujeito e por sua vez, são repassadas para seus descendentes. “Desse modo, aprendemos desde a infância, no cotidiano familiar, a identificar alimentos recomendados para o consumo diário, considerando as necessidades nutricionais, os saberes e sabores da comida da família” (Vieira, 2016, p. 111). Assim como costumes, jeitos e hábitos, a rotina alimentar, a percepção da refeição é incorporada, a criança percebe quais alimentos a norteiam, possibilitando a inserção do alimento na vida adulta.

Desde a infância cada indivíduo já tem suas preferências alimentares, cabendo à família e à escola incentivarem que estes sejam os mais saudáveis possíveis, pois fatores genéticos e hereditários interferem e muito nesses hábitos (Cunha, 2013, p. 9).

Nesse sentido, de acordo com Do Espírito Santo (2016, p. 106), “No Brasil os supermercados surgem a partir da década de 1950”. As prateleiras de supermercados não existiam há algumas décadas, e a disponibilidade de alimentos se adequava com a época do ano, onde a sazonalidade do tipo de alimentação moldava o cardápio da

mesa. Os estudos indicam que “o padrão alimentar que antes era característico dos países desenvolvidos é atualmente uma preocupação também dos países em desenvolvimento.” (Diez Garcia, 2003, p. 484). A quantidade de opções do mesmo alimento ocupa cada vez mais espaços, ofertando o “mais do mesmo”, acompanhado de propagandas de convencimento para adquirir determinado produto. Conforme Baraldi (2016), à sugestividade e à interferência do *marketing* que promove e agrega credibilidade ao produto consumido, observa-se uma inversão alimentar, em que os alimentos tradicionais estão sendo substituídos por alimentos processados e ultraprocessados. Segundo Boscolo e Rocha (2018, p. 54):

Nem precisamos ir muito atrás. Pensemos em nossos avós: eles tinham uma dieta muito mais variada que a nossa. Conte nos dedos o que encontramos nos mercados e hortifrúteis: umas 25 espécies, no máximo cinquenta, que incluem bananas, maçãs, batata, cebola, ou seja, espécies encontradas em praticamente qualquer mercado do mundo. A alimentação passa por um processo tão rápido de mudança que a refeição de pais e avós são desconhecidas pelos familiares mais novos.

A alimentação, do plantio à mesa, é o reflexo da sociedade (Durigon; Junior, 2022), e as escolhas que compõem um prato resultam na condição física e psicológica do sujeito. Conforme Diez Garcia (2003, p. 491), “Se por um lado tal processo de globalização amplia a diversidade alimentar, por outro também a reduz, uma vez que circula um mesmo leque de opções alimentares próprias da globalização.” A negligência alimentar praticada diariamente, quando o ato de comer se torna problema, tanto pela ausência da alimentação quanto pela refeição rápida, fácil ou de baixo custo, tende a um prognóstico de problemas na saúde, quando um corpo mal alimentado cobra o preço pela globalização alimentar. Segundo Boscolo e Rocha (2018, p. 60):

O ato de comer, que é um dos alicerces de nossas tradições sociais, familiares e rituais, regrediu a um ato de irritação, pressa e culpa. O próprio significado do alimento e alimentação está sendo transformado; antes era um elemento central para a manutenção da estrutura social e da tradição, e hoje está sendo extorquido pela cultura alimentar globalizada, na qual o custo e a conveniência são dominantes e a refeição social tornou-se obsoleta.

Para designar a comida de afeto, conceitos como *comfort food*, comida de conforto ou comida da alma, são expressões utilizadas para descrever um alimento que conforta, remetendo a um momento agradável ou de acalanto. “É neste quadro

que o termo *comfort food* foi incorporado ao vocabulário gastronômico, tendo sua primeira menção em dicionários americanos na década de 1990” (Gimenes-Minasse, 2016, p. 2 *apud* Locher *et al.*, 2005). A comida da alma é correlacionada com o *comfort food*, conforme Horta (2020, p. 15-16) descreve:

Comida da alma é aquela que consola, que escorre garganta abaixo quase sem precisar ser mastigada, na hora da dor, de depressão, de tristeza pequena. Não é, com certeza, um leitão à pururuca, nem um menu *nouvelle* seguido à risca. Dá segurança, enche o estômago, conforta a alma, lembra a infância e o costume.

Com gosto de memórias, o resgate de momentos outrora, o poder sensibilizar, a argumentação feita através do estômago, tornando-se testemunhas de fatos, que é parte do sujeito inserido na coletividade. Santos (2011, p. 108), assim define o ato de alimentar:

Os alimentos não são somente alimentos. Alimentar-se é um ato nutricional, comer é um ato social, pois se constitui de atitudes, ligadas aos usos, costumes, protocolos, condutas e situações. Nenhum alimento que entra em nossas bocas é neutro. A historicidade da sensibilidade gastronômica explica e é explicada pelas manifestações culturais e sociais, como espelho de uma época e que marcaram uma época. Desta forma, uma comunidade pode manifestar na comida emoções, sistemas de pertinências, significados, relações sociais e sua identidade coletiva. Se a comida é uma forma de comunicação, assim como a fala, ela pode contar histórias e pode se constituir como narrativa da memória social de uma comunidade. Nesse sentido, o que se come é tão importante quanto quando se come, onde se come, como se come e com quem se come.

As transformações e reconfigurações de padrões alimentares, segundo Tavares (2018), ocorrem com as refeições ao longo do tempo, e a inserção dos novos modelos alimentares têm por consequência a desconstrução da cultura do alimento nas localidades e círculos familiares. “As narrativas da comida sedimentam e transformam a identidade, o sistema de pertencimentos e as visões de mundo da comunidade no novo contexto” (Amom; Menasche, 2008, p. 20). A importância do resgate da memória familiar através do alimento tem o alinhamento com a história de seus antepassados e com a comunidade, onde o indivíduo mais novo percebe a variedade da oferta alimentar e a comida como símbolo da identidade cultural (Durigon; Junior, 2022). Nesse sentido, a escola torna-se um território fértil para o diálogo entre diferentes saberes e o resgate de memórias alimentares da família dos estudantes. Segundo Accioly (2009), a escola é um espaço que proporciona formação

de valores, dentre os quais, os hábitos alimentares, em que o discente está inserido em vivências que oportunizam serem aplicadas fora do ambiente escolar.

4 A ESCOLA E A SUA IMPORTÂNCIA NA CONSCIENTIZAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO

Como ambiente de ensino-aprendizagem, a escola deve proporcionar o desenvolvimento do estudante diante do espaço multicultural em que está inserido. Neste contexto, segundo Miranda *et al.* (2016, p. 2), “O ensino deve articular o que está sendo aprendido na sala de aula com aquilo que o aluno vivencia em seu dia a dia, considerando a sua cultura”. Na escola, temáticas como alimentação são assuntos amplos e abrangem diversas realidades, revelando histórias retratadas tanto pelos estudantes, quanto pela comunidade que o circunda. O ambiente escolar, conforme Accioly (2009), é um espaço de troca de vivência e experiências.

De acordo com Accioly (2009, p. 03), em 1955 o governo do presidente Getúlio Vargas implantou o PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar) em todas as etapas da educação básica pública, “tendo como objetivo garantir o fornecimento de parte das necessidades nutricionais diárias escolares, obedecendo aos princípios da boa alimentação.” À definição de escola como local de aprendizagem, é agregado o valor como ambiente de alimentação, não somente por suprir as demandas nutricionais enquanto este estudante está sob o horário escolar, mas assumindo, mesmo que involuntariamente, a responsabilidade e o protagonismo de ser, em alguns casos, cada vez mais, e menos isolados, a principal fonte de alimentação desse estudante. Neste contexto, segundo Basaglia *et al.* (2015), a merenda escolar é o elemento motivador da permanência deste estudante no meio escolar. A merenda escolar é considerada muitas vezes, uma das poucas refeições do educando no seu dia a dia, sendo este um fator que afeta diretamente a qualidade da sua aprendizagem. Conforme Frota *et al.* (2009, p. 279), “A alimentação é um fator imprescindível na aprendizagem, pois a fome poderá reduzir o rendimento formal do aluno”. A alimentação norteia rotinas familiares e escolares, em que sua escassez é revelada no baixo desempenho escolar, e mesmo esse estudante estando sempre presente na escola, a sua permanência não representa bons resultados na aprendizagem.

A abordagem sobre PANC no ambiente escolar tem potencial de ser objeto de inúmeros projetos pedagógicos: biodiversidade, cultura alimentar, exposição da amplitude alimentar, dentre outros. “O conteúdo sobre PANC nas escolas faz com que os estudantes conheçam a diversidade de plantas que existem ao entorno de suas casas, tanto as comestíveis como as não comestíveis” (Dos reis *et al.*, 2021, p. 8). Aos

estudantes que vivenciam a segurança alimentar, as PANC são uma opção alimentar saudável, que poderá ou não ser inserida ao seu estilo de vida. Porém, para aqueles que convivem com a insegurança alimentar, as PANC, ao serem inseridas como opção alimentar na família do estudante, oportuniza a opção alimentar que poderá retirar da subnutrição. De acordo com Rossi *et al.* (2008), a família exerce influência sobre o consumo alimentar da criança. Em ambos os casos, os hábitos alimentares familiares se refletem no estudante, logo ele reproduz e, conseqüentemente, potencializa essas mesmas práticas para as próximas gerações.

Conforme Accioly (2009, p. 2), “Os hábitos alimentares refletem, além de suas preferências alimentares, as características culturais de cada indivíduo, associados ao seu estilo de vida.” A escola, quando inserida pedagogicamente no contexto da valorização cultural local, a consciência da representação alimentar do ambiente em que ela pertence, consegue promover a oferta de alimentos que a região produz. Neste contexto, Dos Santos *et al.* (2021, p. 4) dizem:

Dessa forma, a escola ganha destaque como um espaço que ocupa um importante papel na promoção de mudanças relativas à alimentação tanto diretamente – no que se refere ao fornecimento de alimentos e refeições – quanto indiretamente com ações de educação alimentar e nutricional.

A escola é um ambiente heterogêneo, em que cada estudante possui vivências distintas, conseqüentemente, não são todos os estudantes que consomem em suas residências os alimentos regionais. Seja qual for o motivo, a escola tem a possibilidade de demonstrar a importância do consumo dos alimentos saudáveis e culturais. Para Dos Santos *et al.* (2021), falar de alimentação na escola é abordar inúmeras questões sociais que envolvem a temática, da produção ao consumo. Deste modo, o estudante reflete sobre a problemática da cadeia de consumo, onde conteúdos como sustentabilidade, globalização, *commodities*, soberania alimentar, desperdício e políticas públicas dentre outras, permitam a reflexão sobre a importância do alimento em uma escala global.

O contexto sobre a alimentação de PANC não deve ficar restrito apenas aos refeitórios. Sua abrangência permite que seja discutido em inúmeros ambientes, em que o tema é refletido na cultura, história, social e tantos outros, em que o resgate e valorização da memória alimentar familiar e o conhecimento das plantas alimentícias estejam presentes. De acordo com Dos Santos *et al.* (2024), o conhecimento deve

estar inserido na temática em diálogos escolares, por meio de palestras, oficinas e em projetos como enredo de temas transversais. Diante desse fato, segundo Dos Santos (2021), a escola tem o papel de promover o debate na comunidade escolar, onde a discussão direcione para a prática alimentar dentro da escola, em que o que é falado seja praticado na merenda escolar, “[...] para a preservação e a recuperação da cultura alimentar brasileira, por meio da utilização das preparações regionais na alimentação escolar, visando à sua disseminação pelos escolares por toda a sociedade brasileira.” (Chaves *et al.*, 2009, p. 865).

Conforme Flores (2023, p. 1), “no espaço escolar faz-se necessário que a escola seja vista como uma multiplicadora de uma alimentação saudável e isso seja vivenciado pelos escolares com o intuito de contribuir para a construção de bons hábitos alimentares”. Neste contexto, na escola, o tópico da alimentação e os temas de aspectos sociais, culturais e históricos da localidade onde está presente, com alcance transdisciplinar, tem a capacidade de promover a discussão sobre a preservação da alimentação cultural, atrelada com a valorização das PANC, em que o direcionamento seja a conscientização do sistema alimentar, observado de maneira orgânica, gerando oportunidades de serem compartilhados no exterior da escola.

Segundo Callai (2010), a escola é o local de perspectivas para o acesso ao conhecimento. O ambiente escolar oportuniza a formação de sujeitos críticos, com entendimento da responsabilidade coletiva, atentos às mudanças da sociedade e cientes da alimentação como resultado de práticas de justiça social e preservação ambiental.

5 METODOLOGIA

O Cenário e os participantes da pesquisa

A pesquisa foi realizada no Colégio Estadual de Magé, localizada no município de Magé, estado do Rio de Janeiro (Figuras 1 e 2). A escola está situada em região urbanizada, no 1º distrito (Magé) (Figura 2), no entorno da escola há supermercados, comércios varejistas, bancos, repartições públicas, rodoviária, estação de trem, escolas e hospital. A escola atende aos estudantes que moram no 1º distrito, que possui característica urbana, porém apresenta grandes áreas rurais, assim como fragmentos da Mata Atlântica (Figura 2).

A escola selecionada para a realização da presente pesquisa é o local onde a autora leciona desde o ano de 2018. Muitos dos estudantes desta escola estadual são oriundos de uma escola municipal de Magé, onde a autora é professora do ensino fundamental desde 2014. O cotidiano escolar possibilitou a construção de uma relação de confiança entre a professora e os estudantes, criando um cenário positivo para a realização da pesquisa, onde os mesmos se sentiram confortáveis em participar do estudo. O tema da pesquisa, ou seja, plantas alimentícias, não é uma novidade para os estudantes, já que a professora, durante o ano letivo, realiza debates e conversas sobre o que eles comem, tanto a quantidade quanto em qualidade. A figura 1, representa o município de Magé e os municípios que o circunda e a figura 2 o mapa do 1º distrito, bairros, em que é visualizado grande extensão de áreas verdes.

A pesquisa foi realizada com os estudantes do 1º e 2º ano do período noturno do ensino médio regular, nas turmas 1012, 1013 e 2011, durante os 2º e 3º bimestres de 2023. Os 31 estudantes que participaram da pesquisa possuíam faixa etária entre 18 e 24 anos, todos são moradores dos bairros do entorno da escola (1º distrito Magé). Todos os estudantes que desejaram participar da pesquisa assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo A).

Coleta de dados

O principal objetivo da presente pesquisa foi analisar as relações que os estudantes possuem com plantas alimentícias. Como professora da escola há 12 anos, eu acompanho alguns desses estudantes dos anos finais do ensino fundamental até o 3º ano do ensino médio, criando laços não só no cotidiano escolar deles, mas por muitas vezes com situações vividas pelos estudantes fora dos muros escolares, tomando conhecimento de suas angústias e problemas. Desse modo, a pesquisa pode ser caracterizada como uma observação participante plena. Conforme Campos *et al.* (2021), na observação participante, o envolvimento acontece pela convivência da situação estudada, permitindo verificar o tema proposto pelo olhar do grupo abordado. Para obter as informações sobre a relação dos estudantes com as plantas alimentícias foram realizadas entrevistas estruturadas, por meio de um questionário com perguntas abertas e fechadas (Apêndice A).

O questionário

As perguntas 1, 2, 3 do questionário (Apêndice A) visaram identificar o hábito alimentar e o perfil dos vegetais consumidos (atual e passado) pelos estudantes e sua família. A primeira pergunta abordou os hábitos atuais do consumo de vegetais dos estudantes e quais deles são regionais. A segunda questão levantou o hábito atual do plantio de vegetais em seus quintais, o que também forneceu um dado sobre a origem do alimento consumido. A terceira pergunta remeteu às memórias dos estudantes, ou seja, quais vegetais eles consumiam no passado, quando eram crianças, e qual a origem deles (quintais ou comprados).

As perguntas 4, 5, 6, 7 e 8 (Apêndice A) pretenderam obter dados para comparar o perfil do consumo de vegetais entre as diferentes gerações familiares dos estudantes. A quarta questão buscou saber dos estudantes se a alimentação atual deles é diferente daquela de seus familiares. Enquanto a quinta questão acessou as memórias de histórias contadas pelos seus pais e avós sobre plantas que eles comiam no passado e não consomem atualmente, e se essas plantas são ou não regionais. A sexta questão abordou sobre quais vegetais não estão disponíveis nos mercados para a venda atualmente. As questões sete e oito remeteram às lembranças culinárias da infância dos estudantes e as emoções que elas despertam, assim como o uso de plantas nessas receitas.

A nona e última questão (Apêndice A) teve como objetivo analisar o conhecimento e a utilização dos estudantes e seus familiares sobre as plantas alimentícias não convencionais (PANC).

Aplicação do questionário

Antes da aplicação do questionário, não foi realizada qualquer atividade ou aula específica sobre o tema da pesquisa, para que não ocorresse influência sobre as respostas dos estudantes. O objetivo foi tentar acessar não só as memórias que os estudantes guardam sobre as plantas alimentícias familiares, mas também das conversas que a docente realizou com os estudantes sobre plantas alimentícias em sala de aula em bimestres passados do ano letivo. Conforme já mencionado anteriormente, o tema é recorrente na prática docente da referida professora em todas as suas turmas.

Para a aplicação do questionário, foi feito um esclarecimento sobre a justificativa do tema do trabalho e, em seguida, solicitado o aceite no Termo de consentimento livre e esclarecido, frisando sobre o anonimato das respostas no questionário dos estudantes. O questionário foi preenchido de forma individual, presencial, em sala de aula da própria instituição. A aplicação dos questionários ocorreu durante duas semanas. Na proposta inicial, a aplicação do questionário foi realizada utilizando o *Google Forms* e o seu acesso por meio de um código QR (Quick Response) projetado na própria tela do celular do estudante. Do número total de estudantes participantes, 60% conseguiram responder ao questionário utilizando o *Google Forms*. Porém 40% não conseguiram acessá-lo devido à dificuldade de

conexão com a internet ou telefones celulares que apresentaram problemas ao fazer a leitura do código QR. Diante desse fato, o questionário foi impresso para atender ao percentual de estudantes que, por questões tecnológicas, não conseguiu ter acesso a ele. Houve a leitura do questionário com todos os estudantes que participaram da pesquisa, tanto os que responderam utilizando o *Google Forms* quanto aqueles que responderam ao questionário impresso. Dúvidas quanto ao entendimento das questões foram sanadas individualmente durante a aplicação do questionário.

Durante a execução da pesquisa foi empregado o uso das Notas de campo, onde os registros foram “[...] situações ocorridas no dia e das entrelinhas nas falas dos sujeitos durante a investigação ou intervenções.” (Campos, 2021, p. 101).

A feira interdisciplinar de Ciências

Visando promover o compartilhamento das memórias alimentares da família dos estudantes a respeito de plantas alimentícias não convencionais, eles foram convidados a participar da Feira interdisciplinar de Ciências da Escola.

A feira é um evento interno, em que somente os discentes e docentes da escola possuem acesso. A feira ocorreu no 2º semestre de 2023, e teve como tema a “Sustentabilidade”, com o propósito de dialogar com o público escolar as alternativas para fomentar e viabilizar o desenvolvimento sustentável. As turmas, em todos os turnos, elaboraram seus trabalhos de acordo com as propostas sugeridas pelos professores mediadores.

Como Professora das turmas 1012,1013 e 2011 (turno da noite), que participaram da presente pesquisa, sugeri aos estudantes o preparo de receitas, para a degustação durante a feira, com foco em plantas alimentícias não convencionais. Foi estimulado que os estudantes buscassem nas receitas familiares pratos preparados com as PANC. Houve a elaboração de uma aula sobre o tema a ser trabalhado na feira, devido a pesquisa ter ocorrido aproximadamente três meses após a aplicação do questionário, fato este que resultou a necessidade de restabelecer a conexão entre a pesquisa e o tema proposto para a feira. Todos os estudantes das turmas envolvidas na pesquisa, tanto aqueles que responderam o questionário quanto aos que não, foram incluídos nesta aula. Durante a aula foi explicado sobre as PANC, correlacionado com memória alimentar familiar dos estudantes, levando à reflexão, destacando a aproximação do tema com a sua vivência.

Para o desenvolvimento da atividade, em cada turma os estudantes foram divididos em grupos de três integrantes, o que gerou a formação de 15 grupos nas três turmas, com um total de 45 alunos participantes. O número de estudantes nessa atividade foi maior do que aqueles que responderam ao questionário (N=31). Cada grupo ficou com a incumbência de selecionar a receita a ser preparada, sua apresentação e a degustação durante a feira, que aconteceu no período noturno, o mesmo em que as turmas frequentam.

Análise dos dados

Inicialmente foi construída uma lista livre com todos os nomes populares de plantas alimentícias citadas pelos estudantes no questionário. Segundo Albuquerque e Lucena (2004), durante a entrevista as pessoas são solicitadas a citar o que conhecem sobre determinado uso. Segundo os autores, os elementos culturalmente mais importantes aparecem nessas listas.

A partir dos nomes populares citados pelos estudantes, um nome científico foi aplicado utilizando-se as seguintes referências: Kinupp e Lorenzi (2014), Lorenzi et al. (2015), Lorenzi e Matos (2002), Santos (2023), Vaughan e Geissler (2009). Desse modo, as plantas citadas foram analisadas quanto à sua fonte, consumo e origem geográfica. As categorias foram estabelecidas durante a elaboração do questionário, portanto, pré-leitura das respostas. Quanto à fonte, ou seja, onde a planta é obtida, foram apontadas aquelas que são adquiridas nos quintais ou cultivadas em plantações familiares. Quanto ao consumo foram criadas duas categorias: (1) Consumida atualmente e (2) Consumida apenas pelos antepassados. Em relação à origem geográfica, os nomes populares poderiam ser de plantas (1) Nativa do Brasil ou (2) Exótica (não pertencente à flora brasileira, naturalizada ou não). Para essa categorização foram utilizadas como referências a Flora e Funga do Brasil (2024), Lorenzi, Lacerda, Bacher (2015) e Kinupp e Lorenzi (2014).

Para as outras perguntas realizadas no questionário, que não envolveram a construção da lista de plantas alimentícias (fonte, consumo e origem geográfica), as categorias foram estabelecidas pós-leitura das respostas, a partir do tratamento, inferência e interpretação dos dados transcritos. Após a análise das respostas, elas foram agrupadas por semelhanças que as reúnem de acordo com o maior número possível de informações, sendo categorizadas de acordo com palavras ou frases

chaves (Bardin, 2016). A análise quantitativa foi realizada pelo número de vezes em que a categoria (pré ou pós-estabelecida) ou nome popular da planta foi mencionado, e foi expresso pelo número absoluto de citações ou frequência absoluta (%).

6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um total de 31 estudantes dos primeiro e segundo anos do ensino médio, turmas 1012, 1013 e 2011, foi entrevistado. Dos 23 estudantes inscritos na turma 1012, apenas cinco frequentavam a disciplina e desses, três responderam a entrevista, sendo os outros dois estudantes menores de idade, por isso não participaram da entrevista. Na turma 1013, dos 27 estudantes inscritos, 15 frequentavam a disciplina, e desses, oito responderam a entrevista, sendo que sete estudantes menores de idade não participaram da entrevista. Na turma 2011, 45 estudantes estavam inscritos, 26 frequentavam a disciplina, dos quais 20 responderam a entrevista, os seis que não participaram eram menores de idade. No caso dos estudantes menores de idade, os seus responsáveis foram solicitados a assinar o TCLE, contudo eles não autorizaram e não assinaram o referido documento, e não informaram os motivos para a recusa.

Hábito alimentar e o perfil dos vegetais consumidos pelos estudantes e seus familiares

Os estudantes citaram 78 plantas alimentícias, sendo 61 (78,2%) exóticas e 17 (21,79%) são nativas do Brasil. Das nove plantas (11,53%) que foram mencionadas como consumidas pelos antepassados dos estudantes, cinco delas (55,5%) são nativas do Brasil e encontradas na Mata Atlântica: araquá, cabeludinha, coco-de-catarro, grumixama e pimenta-de-cachorro. Quatro plantas (44,5%) são exóticas: guando, mangará (inflorescência da banana), melão-de-São-Caetano e sapoti. Das plantas alimentícias citadas, 29 delas (37,17%) são cultivadas ou adquiridas nos quintais dos estudantes e de seus familiares. As plantas mais consumidas pelos estudantes são: batata, tomate, melancia, abacaxi e banana (Tabela 1).

Segundo Flora e Funga do Brasil (2024), já foram registradas para o Brasil cerca de 40 mil espécies de plantas (briófitas, pteridófitas, gimnospermas e angiospermas), sendo que desse total, 21.322 espécies ocorrem na Mata Atlântica. Segundo Kinupp e Lorenzi (2014), 10-20% da fitodiversidade de qualquer bioma do planeta são de plantas alimentícias, o que representaria um número estimado de 4.000 a 8.000 espécies de plantas comestíveis nativas na flora brasileira.

Quanto o acesso ao consumo de frutas nativas pelos antepassados dos estudantes e seu consumo atual, difere-se na disponibilidade, variabilidade e conhecimento de frutas nativas que esses familiares tinham à disposição. De acordo com Moratoya *et al.* (2013), o consumo alimentar está atrelado à forma de fornecimento do alimento. O desconhecimento dos estudantes entrevistados com as frutas nativas brasileiras é o resultado da oferta de outros produtos que substituem alimentos culturais e nativos, o que altera a percepção de preferência alimentar. Conforme Rocha *et al.* (2019, p. 2), “[...] parte da biodiversidade brasileira de frutas é desconhecida da população devido à substituição das variedades nativas por outras de maior apelo comercial”. Considerando a alimentação globalizada, é mais fácil encontrar à venda nos comércios, por exemplo, maçã, que é uma fruta exótica, do que a oferta de ingá (*Ingá* spp. - Fabaceae), que é uma fruta nativa de ocorrência da Mata Atlântica (Carvalho, 2014).

Tabela 1 - Plantas alimentícias citadas por estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ. N=31 estudantes

Nome popular	Nome científico aplicado	Frequência absoluta (%)	Consumo	Origem
Batata	<i>Solanum tuberosum</i> L. (Solanaceae)	100	CA	E
Banana [banana madura, verde, palmito e mangará (inflorescência)]	<i>Musa paradisiaca</i> L. (Musaceae)	96,7	CA	E
Tomate	<i>Solanum lycopersicum</i> L. (Solanaceae)	93,5	CA	E
Melancia	<i>Citrullus lanatus</i> (Thunb.) Matsum. & Nakai (Cucurbitaceae)	90,3	CA	E
Abacaxi	<i>Ananas comosus</i> (L.) Merr. (Bromeliaceae)	87,1	CA	N
Tangerina	<i>Citrus reticulata</i> Blanco (Rutaceae)	80,6	CA	E
Bertalha	<i>Anredera</i> spp. (Basellaceae)	77,4	CA	E
Couve	<i>Brassica oleracea</i> var. <i>viridis</i> L. (Brassicaceae)	77,4	CA	E
Abóbora (fruto, sementes e brotos)	<i>Cucurbita pepo</i> L. (Cucurbitaceae)	74,9	CA	E
Pepino	<i>Cucumis sativus</i> L. (Cucurbitaceae)	67,7	CA	E
Manga	<i>Mangifera indica</i> L. (Anacardiaceae)	61,2	CA	E

Rúcula	<i>Eruca vesicaria</i> (L.) Cav. (Brassicaceae)	61,2	CA	E
Cebola	<i>Allium cepa</i> L. (Amaryllidaceae)	58	CA	E
Laranja	<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck (Rutaceae)	58	CA	E
Beterraba	<i>Beta vulgaris</i> L. (Amaranthaceae)	54,8	CA	E
Chuchu	<i>Sechium edule</i> (Jacq.) Sw. (Cucurbitaceae)	51,6	CA	E
Repolho	<i>Brassica oleracea</i> L. var. <i>capitata</i> L. (Brassicaceae)	51,6	CA	E
Alfavaca	<i>Ocimum gratissimum</i> L. (Lamiaceae)	48,3	CA	E
Colorau	<i>Bixa orellana</i> L. (Bixaceae)	48,3	CA	N
Abobrinha	<i>Cucurbita</i> sp. (Cucurbitaceae)	45,1	CA	E
Cenoura	<i>Daucus carota</i> L. (Apiaceae)	45,1	CA	E
Maçã	<i>Malus pumila</i> Mill. (Rosaceae)	45,1	CA	E
Salsa ou salsinha	<i>Petroselinum crispum</i> (Mill.) Fuss (Apiaceae)	45,1	CA	E
Alface	<i>Lactuca sativa</i> L. (Asteraceae)	38,7	CA	E
Aipim	<i>Manihot esculenta</i> Crantz (Euphorbiaceae)	35,4	CA	N
Jaca	<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam. (Moraceae)	35,4	CA	E
Almeirão	<i>Lactuca canadenses</i> L. (Asteraceae)	32,2	CA	E
Tomatinho-do-mato	<i>Solanum</i> sp. (Solanaceae)	32,2	CA	E
Acerola	<i>Malpighia emarginata</i> DC. (Malpighiaceae)	29	CA	E
Couve-flor	<i>Brassica oleracea</i> var. <i>botrytis</i> L. (Brassicaceae)	25,8	CA	E
Manjericão	<i>Ocimum basilicum</i> L. (Lamiaceae)	25,8	CA	E
Ora-pro-nobis	<i>Pereskia</i> spp. (Cactaceae)	25,8	CA	N
Orégano	<i>Origanum vulgare</i> L. (Lamiaceae)	25,8	CA	E
Quiabo	<i>Abelmoschus esculentus</i> (L.) Moench (Malvaceae)	25,8	CA	E
Hortelã	<i>Mentha x villosa</i> Huds (Lamiaceae)	22,5	CA	E
Taioba	<i>Xanthosoma taioba</i> E.B. Gonç. (Araceae)	22,5	CA	N
Coentro	<i>Coriandrum sativum</i> L.	19,3	CA	E

	(Apiaceae)			
Maracujá	<i>Passiflora</i> spp. (Passifloraceae)	19,3	CA	N
Morango	<i>Fragaria x ananassa</i> Duchesne ex Rozier (Rosaceae)	19,3	CA	E
Pimentão	<i>Capsicum anuum</i> L. (Solanaceae)	19,3	CA	E
Abacate	<i>Persea americana</i> Mill. (Lauraceae)	16,1	CA	E
Agrião	<i>Rorippa nasturtium- aquaticum</i> (L.) Hayek (Brassicaceae)	16,1	CA	E
Alho	<i>Allium sativum</i> L. (Amaryllidaceae)	16,1	CA	E
Brócolis	<i>Brassica oleracea</i> L. var. <i>italica</i> Plenck (Brassicaceae)	16,1	CA	E
Cajá	<i>Spondias dulcis</i> Parkinson (Anacardiaceae)	16,1	CA	E
Capim-limão	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf. (Poaceae)	16,1	CA	E
Caruru	<i>Amaranthus</i> spp. (Amaranthaceae) ou <i>Hibiscus</i> spp. (Malvaceae)	16,1	CA	E
Erva-cidreira	<i>Lippia alba</i> (Mill.) N.E.Br. ex Britton & P.Wilson (Verbenaceae)	16,1	CA	N
Espinafre	<i>Tetragonia tetragonioides</i> (Pall.) Kuntze (Aizoaceae)	16,1	CA	E
Limão	<i>Citrus latifolia</i> Tanaka (Rutaceae)	16,1	CA	E
Louro	<i>Laurus nobilis</i> L. (Lauraceae)	16,1	CA	E
Maxixe	<i>Cucumis anguria</i> L. (Cucurbitaceae)	16,1	CA	E
Uva	<i>Vitis vinifera</i> L. (Vitaceae)	16,1	CA	E
Guando	<i>Cajanus cajan</i> (L.) Huth (Fabaceae)	12,9	CP	E
Jambo	<i>Syzygium jambos</i> (L.) Alston (Myrtaceae)	12,9	CA	E
Amaranto	<i>Amaranthus</i> spp. (Amaranthaceae)	9,6	CA	E
Carambola	<i>Averrhoa carambola</i> L. (Oxalidaceae)	9,6	CA	E
Inhame	<i>Colocasia esculenta</i> (L.) Schott (Araceae)	9,6	CA	E
Jabuticaba	<i>Plinia grandifolia</i> (Mattos) Sobral	9,6	CA	N

	(Myrtaceae)			
Jamelão	<i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels (Myrtaceae)	9,6	CA	E
Mamão	<i>Carica papaya</i> L. (Caricaceae)	9,6	CA	E
Melão-de-São Caetano	<i>Momordica charantia</i> L. (Cucurbitaceae)	9,6	CP	E
Peixinho	<i>Stachys byzantina</i> K. Koch (Lamiaceae)	9,6	CA	E
Pêra	<i>Pyrus communis</i> L. (Rosaceae)	9,6	CA	E
Abiu	<i>Pouteria</i> spp. (Sapotaceae)	6,4	CA	N
Beldroega	<i>Portulaca oleracea</i> L. (Portulacaceae)	6,4	CA	E
Cabeludinha	<i>Myrciaria glazioviana</i> (Kiaersk.) G.M.Barroso ex Sobral (Myrtaceae)	6,4	CP	N
Cebolinha	<i>Allium fistulosum</i> L. (Amaryllidaceae)	6,4	CA	E
Coco-de-catarro	<i>Syagrus romanzoffiana</i> (Cham.) Glassman (Arecaceae)	6,4	CP	N
Cominho	<i>Cuminum cyminum</i> L. (Apiaceae)	6,4	CA	E
Ingá	<i>Inga</i> spp. (Fabaceae)	6,4	CA	N
Major gomes	<i>Talinum paniculatum</i> (Jacq.) Gaertn. (Talinaceae)	6,4	CA	N
Pimenta-de-cachorro	<i>Solanum americanum</i> Mill. (Solanaceae)	6,4	CP	N
Pitanga	<i>Eugenia uniflora</i> L. (Myrtaceae)	6,4	CA	N
Sapoti	<i>Manilkara zapota</i> (L.) P.Royen (Sapotaceae)	6,4	CP	E
Araçá	<i>Psidium</i> spp. (Myrtaceae)	3,2	CP	N
Cerefólio	<i>Anthriscus cerefolium</i> (L.) Hoffm. (Apiaceae)	3,2	CA	E
Grumixama	<i>Eugenia brasiliensis</i> Lam. (Myrtaceae)	3,2	CP	N

Legenda: Consumo: consumida atualmente (CA) ou consumida apenas pelos antepassados (CP).

Origem geográfica: nativa do Brasil (N) ou exótica (E).

Fonte: A autora, 2024.

Segundo Da Silva *et al.* (2008, p. 5), “a mata atlântica, onde são encontrados alguns dos solos mais ricos do país, sendo que apenas de 2 a 5% da área original, de 1.360.000 km², permanece coberta pela vegetação original”. Neste cenário, o desmatamento da Mata Atlântica e o avanço da urbanização, que não tem como prioridade a conservação ambiental, corrobora para o desuso do consumo de plantas

nativas, que possuem potenciais econômicos, fator esse que poderia fomentar o extrativismo sustentável, que beneficiaria a comunidade local e concomitantemente contribuindo para a preservação do bioma.

Quando questionados sobre a fonte das plantas, 24 estudantes (77,72%) relataram que eles ou seus familiares cultivam algum tipo de alimento. Deste valor, foi observado que 19 deles (79,27%) citam o fato de que o cultivo desonera a lista do supermercado e cinco estudantes (20,83%) alegam que cultivar plantas colabora para uma alimentação saudável. Do total de plantas citadas, 29 são adquiridas nos quintais ou cultivadas em plantações familiares, são elas: abacate, abiu, abóbora, acerola, aipim, alface, alfavaca, almeirão, amaranto, banana, beralha, cajá, caruru, chuchu, erva-cidreira, hortelã, inhame, limão, mamão, manga, manjeriço, maracujá, maxixe, ora-pro-nobis, peixinho, pitanga, quiabo, taioba e tomatinho-do-mato. Dos 31 estudantes que responderam ao questionário, Sete (22,58%) informaram que eles ou seus familiares não cultivam plantas alimentícias em seus quintais. Desse total, quatro estudantes (57,14%) relataram não terem interesse em cultivar e três estudantes (42,86%) mencionam a ausência de quintais para o cultivo.

O hábito de cultivar em quintais ainda prevalece no ambiente em que parte dos estudantes estão inseridos, sendo uma prática em que, quem cultiva, tem por finalidade consumir o que for colhido. São quintais produtivos, e mesmo inseridos em ambiente urbano-rural, o ato de cultivar influencia nos hábitos alimentares familiares. Conforme Carniello *et al.* (2010, p. 460), “Tais práticas possibilitam a construção de conhecimentos, ancorados na história de vida, nas relações estabelecidas com as plantas e com os grupos sociais (vizinhos e parentes) com os quais compartilham a arte de plantar, colher e conservar”. A alternativa do acesso a alimentos saudáveis através do cultivo em quintais produtivos, com variedades de espécies comestíveis, proporciona, segundo Da Silva *et al.* (2016), o resgate do cultivo do próprio alimento.

Os dez cultivos mais citados entre os estudantes e seus familiares foram: aipim, banana, acerola, ora-pro-nóbis, beralha, mamão, quiabo, taioba, alfavaca e maracujá (Tabela 2). Os estudantes relataram que os alimentos são cultivados em quintais ou em pequenas áreas para o consumo familiar e a produção excedente é trocada com vizinhos por outros cultivares ou abastecem a feira do distrito ou pequenos comércios locais.

Tabela 2 – Plantas alimentícias cultivadas pelos estudantes (e familiares) do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ

Nome popular	Número de citações
Aipim	11
Banana	10
Acerola	9
Ora-pro-nóbis	9
Bertalha	8
Mamão	8
Quiabo	8
Taioba	8
Alfavaca	6
Maracujá	6
Almeirão	5
Chuchu	5
Limão	5
Manga	5
Maxixe	5
Manjerição	4
Inhame	3
Abóbora	2
Alface	2
Hortelã	2

Fonte: A autora, 2024.

O cultivo de alimentos realizado pelos estudantes e seus familiares contribui para o abastecimento de alguns itens do hortifrutigranjeiro local, porém, não supre a demanda de consumo do município. Essa situação retrata a possibilidade da criação de um cinturão verde, onde esses pequenos produtores familiares possam cultivar e ofertar seus produtos, com apoio de assistência técnica, e incentivos governamentais. Esta ação cria a possibilidade de os habitantes locais consumirem alimentos regionais, produzidos próximos às suas moradas, independente se é pela facilidade da compra ou por hábito de consumir alimentos orgânicos. Quanto menor a distância percorrida pelo alimento, mais fresco ele pode chegar ao consumidor. Segundo Rover (2021), os cinturões verdes agregam benefícios urbanos e rurais, em que há a aproximação de forma horizontal entre produtor e consumidor, fator esse que colabora para a geração de renda local, proporcionando o escoamento da produção agrícola familiar e o escoamento direto para o consumidor final. Agregado à produção de alimentos locais que estimula a economia local, o cinturão verde tem o potencial de colaborar com o resgate do consumo de plantas alimentícias não convencionais na alimentação, uma vez que tendo produção e oferta, a variedade alimentar é refletida

nas refeições. A tabela 2 cita o cultivo de cinco plantas nativas do Brasil: aipim, beralha, maracujá, ora-pro-nóbis e taioba (veja também a Tabela 1). Desse modo, o cultivo de plantas nativas da flora brasileira pode contribuir para a diversidade alimentar e a conservação dessas espécies.

A subutilização das espécies da flora nativa brasileira expõe o ralo cardápio cultivado na agricultura. Segundo Vieira *et al.* (2018, p. 19), “estima-se que a população use menos de 30 espécies vegetais em sua base alimentar e da flora brasileira apenas 8 estão domesticadas”. A soberania alimentar de um povo é refletida no poder de escolha do que vai ao seu prato. De acordo com Da Silva *et al.* (2008), há o predomínio de plantas exóticas na agricultura brasileira. Segundo esses autores, quando o cultivo de espécies exóticas marginaliza as espécies nativas de potencial nutricional e econômico, subjugando a característica da biodiversidade local, é indispensável que haja uma reestruturação da oferta de alimentos, em que a regionalização de espécies nativas predomine e o consumidor se reconheça na diversidade alimentar.

Perfil do consumo de vegetais entre as diferentes gerações

Com a intenção de acessar as memórias de histórias contadas pelos pais e avós dos estudantes a respeito de plantas que eles comiam no passado e não consomem na atualidade, foi feita a seguinte pergunta aos estudantes, *Os seus pais ou avós já contaram para você alguma história sobre plantas que eles comiam antigamente e hoje não comem mais?*

Dos 31 estudantes que responderam a essa questão, 25 (80,65%) disseram que não sabem sobre a alimentação de seus pais e avós, pois alegaram que não conversam sobre o tema e, por sua vez, desconhecem costumes alimentares de sua família. Os entrevistados relataram o desinteresse pela história familiar e em interagir com seus pais e avós, mesmo quando convivem no mesmo espaço. Apenas seis estudantes (19,35%) conhecem as histórias alimentares de seus familiares, citando vínculos com seus pais e avós, portanto, que possuem conhecimento sobre a alimentação de seus antepassados. Nove plantas (10,84%) foram mencionadas ser consumidas apenas pelos antepassados dos estudantes: araçá, cabeludinha, coco-de-catarro, grumixama, guando, jabuticaba, melão-de-São-Caetano, pimenta-de-cachorro e sapoti (Tabela 1).

Dez estudantes (32,26%) consideram que a sua alimentação não é diferente daquela que seus pais e avós consumiam, enquanto 21 (67,74%) responderam que sim. Os entrevistados relataram que tem a percepção de que a alimentação de seus pais e avós era mais saudável pelo fato deles cultivarem plantas alimentícias. Também citaram que seus pais e avós consumiam mais alimentos de origem vegetais, tanto em quantidade quanto em variedade. Os entrevistados descrevem o pouco consumo de alimentos *in natura*, tendo sua preferência alimentar por produtos industrializados, haja vista a facilidade ou hábito do consumo e oferta. Esse relato vai ao encontro às observações de Baraldi (2016), que afirma que os alimentos processados são atraentes ao paladar, repercutindo em refeições sem identidade histórico-cultural, acompanhadas de naturalização do consumo de alimentos processados e ultraprocessados. Esses dados apontam para a necessidade de uma reflexão sobre a percepção da mudança alimentar que está ocorrendo rapidamente, o que distancia a alimentação entre os descendentes. Conforme Boscolo e Rocha (2018), a variedade alimentar entre as gerações retrata a redução de opções de plantas alimentícias. Esse fato vem agregado a questões como perda da biodiversidade, quando o cultivo alimentar fica direcionado ao agronegócio, a globalização alimentar, e ao desuso de plantas alimentícias regionais.

Quando os estudantes foram questionados se já haviam consumido alguma planta que não era encontrada em supermercados, hortifrutis ou feiras, 25 (80,65%) deles responderam que sim, enquanto seis estudantes (19,35%) responderam que consomem somente plantas que estão ofertadas em supermercados, *hortifrutis* ou feiras.

Tabela 3 – Plantas alimentícias que não são comumente encontradas em supermercados, hortifrutis e feiras, segundo relato dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ

Nome popular	Número de citações
Jaca	11
Taioba	11
Pitanga	10
Jambo	9
Acerola	8
Palmito de bananeira	8
Ora-por-nóbis	6
Cajá	5
Jamelão	5

Tomatinho do mato	5
Abiu	4
Caruru	4
Alfavaca	3
Carambola	3
Almeirão	2
Broto de abóbora	2
Ingá	2
Major Gomes	2
Araça	1
Cerofólio	1

Fonte: A autora, 2024.

Na tabela 3 podemos observar as plantas alimentícias que, segundo os estudantes, não são encontradas em supermercados, hortifrutis e feiras. Eles relatam que não tem mais o hábito de consumir esses alimentos porque não os encontram para vender, principalmente as frutas de árvores de grande porte como abiu, carambola, jambo, jaca e jamelão. Quanto às hortaliças, elas somente são encontradas em quintais de quem ainda as cultiva. Esses fatores expõem as dificuldades no consumo de alimentos regionais, conforme EMBRAPA (2022), colaborando para a escassez de variedade alimentar. Consequentemente, segundo Kinupp e Lorenzi (2014), se não tem oferta, não tem o consumo. O resgate alimentar é urgente, o que coloca em risco as próximas gerações à monotonia da alimentação.

A problemática do desconhecimento da população local diante da biodiversidade da flora nativa em que ela está inserida, é que inúmeras espécies de plantas ficam expostas à degradação ambiental, devido a impercepção botânica, fator esse que contextualiza a desmemorização alimentar. Observando que algumas das frutas citadas pelos estudantes, como abiu, araça, ingá e pitanga, não são encontradas em comércios, refletindo, por exemplo, a ausência de representatividade de espécies de frutas nativas brasileiras. Conforme Brack *et al.* (2020, p. 2), “a valorização local das espécies frutíferas nativas é, portanto, necessária e urgente, sendo o desconhecimento do tema uma das principais barreiras a serem vencidas”. A desculturação alimentar presente na globalização dos novos hábitos alimentares se consolida, apagando plantas nativas do consumo da população.

Memórias culinárias

Com o objetivo de remeter os estudantes às suas lembranças culinárias da infância e as emoções que elas despertam, assim como o uso de plantas nessas receitas, foi questionado, *Você se lembra de alguma comida, prato ou receita feita com plantas pelos seus pais ou avós, que você costumava comer em sua infância, e que você hoje não consome mais?*

Vinte e seis estudantes responderam que sim e, apenas cinco deles relataram não possuir uma comida marcante na infância. Eles alegaram que a refeição era um momento complicado, devido à escassez e à dificuldade de alimento para todos os membros da casa, o que acarretava um ambiente conflituoso, sendo a escola o local em que a alimentação era concretizada. Silveira e Silva (2021), afirmam que as marcas deixadas pela escassez de alimento permanecem por toda a vida. A subnutrição é uma sombra que visita as memórias, logo, resgatar a memória alimentar é uma correlação com momentos desarmoniosos.

Qual receita feita com plantas marcou sua infância? Diga as emoções que vem a sua cabeça quando você se lembra dessa refeição. Por que ela foi tão importante para você? Diante dessa pergunta um leque de refeições foi elencado pelos estudantes, desde pratos salgados a sobremesas. Os pratos citados foram: doce de leite de panela de pressão (8), tutu de feijão (8), frango com quiabo (6), carne assada (5), frango com batata (5), bolinho-de-chuva (3), paco-paco (2). Este último tem o aspecto de mingau, porém consumido cru, feito de clara de ovo, farinha, açúcar e leite. Destaca-se a citação de apenas três plantas utilizadas nos pratos: feijão, quiabo, batata. Observa-se a preferência por produtos industrializados (doce de leite feito de leite condensado) e carnes. Segundo Ribeiro e Corção (2013), a carne é associada a uma projeção social, por ser um produto mais caro, sendo consumido em ocasiões especiais. Como consequência, as receitas que contêm esse ingrediente fazem parte das memórias familiares como comidas prediletas. Quando solicitados a descrever as emoções que vem a sua mente quando se lembra dessa refeição que marcou sua infância, a maioria remete ao aconchego (15) – “Comida de domingo na casa de meus avós” (nota de campo da autora). Em outros, a refeição desperta o sentimento de saudade (6) – “A comida que minha mãe fazia” (nota de campo da autora); e infância (5) – “[...] os primos reunidos para a ceia de Natal” (nota de campo da autora).

Para os 26 estudantes (83,87%), a comida remete a ocasiões felizes e de aconchego, onde o conceito de *comfort food* é observado. Tavares (2018), define *comfort food* como comidas de afeto, retratando um acolhimento que a comida desperta. A associação de refeições e infância remete aos estudantes a lembrança de pessoas importantes para seu convívio, a saudade, a cheiros e gostos. Durante a infância, as refeições familiares eram o momento de compartilhamento de alimentos e conversas, o que contribuiu no comportamento alimentar do estudante. Horta (2020) descreve a comida como um resgate da memória afetiva em que a consciência do pertencimento é presente, despertando emoções adormecidas. Não só em momentos festivos, como Natal e aniversários, mas almoços de domingo, em que as reuniões de família aconteciam e as histórias familiares fazem também parte do cardápio, tornando-se conhecidas entre as gerações que estavam presentes. A memória alimentar é descrita pelos entrevistados, onde a comida compõe as histórias familiares e como elas influenciaram os hábitos alimentares e comportamentais. Fato este que relataram em ter continuidade, porém, para parte dos entrevistados, esses momentos na atualidade são vividos com outras pessoas e outros alimentos, já que os ingredientes, assim como alguns familiares que estavam presentes na sua infância não fazem mais parte da sua convivência, restando as lembranças revividas em comidas com gosto de infância.

Conhecimento e uso de plantas alimentícias não convencionais

Para analisar o conhecimento e a utilização dos estudantes e seus familiares sobre as plantas alimentícias não convencionais, a seguinte questão foi formulada, *Você já escutou falar sobre plantas alimentícias não convencionais, também chamadas de PANC?*

Todos os 31 estudantes responderam a essa pergunta, em que 21 (67,74%) disseram que não escutaram falar do termo PANC, enquanto dez (32,26%) responderam que sim. Dos que responderam que sim, seis (60%) relataram que não associam a denominação PANC a sua aplicação, tratando como plantas de quintais, plantas que os mais vividos cultivavam, plantas de subsistência ou planta gourmet (Tabela 2). Os 21 estudantes que relataram não terem ouvido o termo PANC não sabiam que algumas das plantas alimentícias que estão em seu quintal ou em seu entorno possuem essa denominação. Inclusive, o termo provocou estranhamento a

esses estudantes, como se deixasse a planta “metida”, ou seja, como se fosse algo muito chique, importado e de difícil acesso para eles. Merece destaque não o fato da maioria dos estudantes desconhecerem o termo PANC, mas sim, não associarem as possibilidades alimentares dessas plantas, que são classificadas como PANC, que estão crescendo em seu quintal e/ou no seu entorno.

Entre as dez plantas mais citadas pelos estudantes (Tabela 1), apenas a bertalha é considerada PANC (Kinupp, 2007). Conforme Salantino e Buckeridge (2016), a impercepção botânica ocasiona um restrito consumo de plantas, repercutindo em uma monotonia alimentar. Desse modo, as respostas dos estudantes foram apenas um reflexo de sua alimentação no cotidiano, no convívio dentro da sua moradia. Conforme Rossi *et al.* (2008), a influência parental na alimentação contribui para a formação da preferência alimentar deste estudante, que repercute em seus hábitos alimentares.

Tabela 4 - Concepção sobre plantas alimentícias não convencionais (PANC) dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ

Categoria	Nº de citações	Notas de campo da autora
Plantas de quintais	4	“É umas plantas de mato de comer que tem no quintal.”
Plantas de pessoas mais vividas	2	“Minha avó/mãe cultiva para usar nas saladas”.
Plantas de alimentação para subsistência	2	“Parece coisa de quem não tem mais nada para comer”
Alimentação <i>gourmet</i>	2	“Ingrediente de comida de rico”

Fonte: A autora, 2024.

Esse resultado retrata a necessidade de difundir o tema e mediatizar a questão de plantas alimentícias não convencionais. Essa ação se faz importante, pois a pesquisa foi realizada com jovens que possuem acesso à internet, porém a questão das PANC ainda é um assunto pouco conhecido, embora tenha inúmeros trabalhos e vídeos sobre o assunto. Kinupp e Lorenzi (2014) questionam sobre a monotonia alimentar e a disponibilidade de plantas alimentícias. Porém, o debate alimentar não seguiu para uma parte da população, que desconhece o termo PANC e o seu significado.

Dos 31 estudantes entrevistados, 22 deles responderam que sua família não utiliza plantas alimentícias não convencionais em receitas culinárias, enquanto nove deles disseram que sim. As formas de consumo das PANC citadas por eles foram: ao natural (9), saladas diversas (10), refogado (8), omelete (4), farofa (4), fritura (3), conserva (2) e farinha de banana (3). As plantas citadas (Figuras 3 e 4), seu respectivo preparo e as receitas podem ser consultadas na Tabela 3 e no Apêndice B, respectivamente.

Salada, refogado e farofa são as formas de consumo mais comuns, práticas e menos elaboradas das PANC (Tabela 5). Contudo, as PANC podem ser acrescentadas em inúmeros pratos, valorizando receitas regionais, em destaque sua disponibilidade nutricional quanto a sua variedade, substituindo ingredientes em diversas receitas e com características para serem aproveitadas em escala industrial. Conforme Da Silva *et al.* (2022), nas propriedades tanto para a indústria farmacológica quanto para a alimentícia, as PANC possuem potencialidades para agregar para as inovações que esses setores demandam.

Tabela 5 – Plantas consideradas alimentícias não convencionais (PANC) e sua forma de preparo pelos familiares dos estudantes do ensino médio de uma escola pública do município de Magé, RJ

Nome popular	Forma de preparo (número de citações)						
	Salada	Omelete	Farofa	Refogado	Frito	Conserva	Farinha
Almeirão	1	2	1	-	-	-	-
Beldroega	1	-	1	-	-	-	-
Major gomes	2	1	2	-	-	-	-
Ora-pro-nóbis	4	-	-	-	-	-	-
Abóbora (broto)	-	-	-	2	-	-	-
Taioba	-	-	-	3	-	-	-
Bertalha	2	1	-	3	-	-	-
Peixinho	-	-	-	-	3	-	-
Palmito de banana	-	-	-	-	-	2	-
Banana (fruto verde)	-	-	-	-	-	-	3

Legenda: *A farinha da banana verde é utilizada em receitas de pães e bolos.

Fonte: A autora, 2024.

A exposição e degustação de receitas durante a feira interdisciplinar de Ciências

Visando promover a valorização e o compartilhamento das memórias alimentares da família dos estudantes a respeito de plantas alimentícias não convencionais, eles foram convidados a participar da Feira interdisciplinar de Ciências da Escola. Durante a feira, os estudantes expositores foram orientados a abordar os estudantes observadores quando estes se aproximavam da mesa, informando-lhes sobre a proposta apresentada, ou seja, o uso de PANC em receitas, a importância da preservação da memória alimentar e as receitas que seus antepassados utilizavam. Em seguida, era oferecido para a degustação o alimento preparado.

Durante a apresentação, os estudantes expositores enfatizavam sobre o reaproveitamento das partes de frutas e legumes que, normalmente são descartados, como as cascas e as sementes. De acordo com Kinupp e Lorenzi (2014), o conceito de PANC é amplo, contemplando também todas as plantas que têm uma ou mais partes que podem ser consumidas na alimentação humana. Para a grande maioria dos estudantes, tanto os expositores quanto os observadores, a feira ofereceu a oportunidade de ser o primeiro contato deles com esse tipo de alimentação e suas possibilidades na elaboração de receitas.

A degustação dos pratos ocorreu durante a feira pelos estudantes das outras turmas, que também estavam expondo seus trabalhos. No decorrer da feira, foi observada a surpresa dos participantes quando lhes era informado sobre os ingredientes utilizados nas receitas enquanto experimentavam os pratos. As plantas utilizadas e as receitas podem ser visualizadas no Quadro 1, Apêndice C e Figuras 3 e 4. Foram utilizadas oito plantas, sendo a casca em sete receitas, as folhas em três, as sementes em duas e o fruto em uma. Da banana foram utilizados os frutos imaturos e a casca do fruto maduro (Quadro 1). As receitas do brigadeiro da casca de banana e o doce cristalizado da casca de laranja foram repetidas por dois grupos. Algumas receitas se destacaram, e rapidamente acabaram na degustação, como por exemplo, as sementes de abóbora torradas, o brigadeiro de casca de banana e o doce cristalizado da casca de laranja. Os bolos de casca de laranja, ora-pro-nóbis e o de casca de banana foram elogiados tanto pela aparência quanto pelo sabor.

Quando os estudantes observadores foram informados sobre a utilização de ingredientes não convencionais nos pratos que eles estavam degustando, o fato causou curiosidade, despertando o interesse deles em saber como foram preparados

e sobre a diversidade de alimentos que não são utilizados e desperdiçados. O desperdício na alimentação é um reflexo do relacionamento da coletividade com o alimento. Nesse sentido, de acordo com Silva *et al.* (2022, p. 1472), “A população precisa de uma reeducação alimentar, através da mesma visariam a redução do desperdício desde a colheita até o consumo caseiro”. É necessário o esclarecimento para a sociedade sobre desperdício e descarte, pois descartam alimentos que não atendem o padrão estético de acordo com o idealizado para o comércio, logo o indivíduo distingue como inapto o que é apto, assim descartando o alimento que apresenta condições físicas e nutritivas para o consumo. Conforme Kinupp (2014), o mesmo ocorre com partes de plantas que possuem potencial alimentar, como cascas, sementes, folhas e talos.

Os estudantes da feira abordaram a utilização de casca de frutas como a melancia e a laranja. Dois grupos prepararam o doce da casca cristalizada da laranja, e foi observado que uma das receitas atraiu a atenção dos estudantes, por ter adquirido a forma de flocos. O estudante responsável pelo seu preparo relatou que a receita tinha o objetivo de ficar em tiras finas de casca cristalizada de laranja, porém, em algum momento do cozimento, a receita “desandou”, e a casca de laranja ficou em flocos, mantendo o sabor característico.

Quadro 1 - Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) e as receitas apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ

Alimentos PANC	Receitas
Banana verde	Chips
Casca de abacaxi	Suco
Casca de banana	Bolo; Brigadeiro
Casca de batata	Casca frita
Casca de laranja	Bolo; Doce cristalizado
Casca de maçã	Bolo
Casca de melancia	Geleia
Ora-pro-nóbis	Bolo; <i>Shake</i>
Semente de abóbora	Biscoito; Sementes torradas
Taioba	Charuto

Fonte: A autora, 2024.

Figura 3 – Fotos das receitas com Plantas Alimentícias Não Convencionais produzidas pelos estudantes e apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ



(a)



(b)



(c)



(d)



(e)



(f)

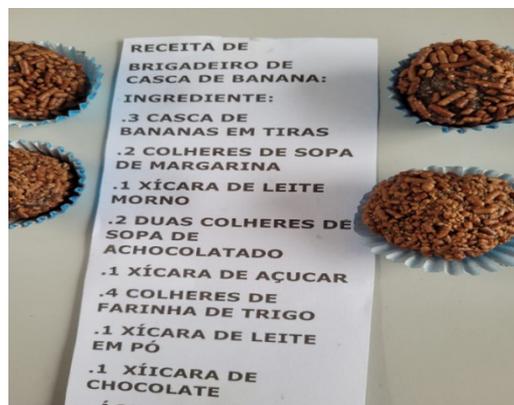
Legenda: (a) Casca cristalizada de laranja; (b) Casca cristalizada de laranja em flocos; (c) Casca frita de batata; (d) Geleia de casca de melancia; (e) Chips de banana; (f) Charuto de taioba.

Fonte: A autora, 2023.

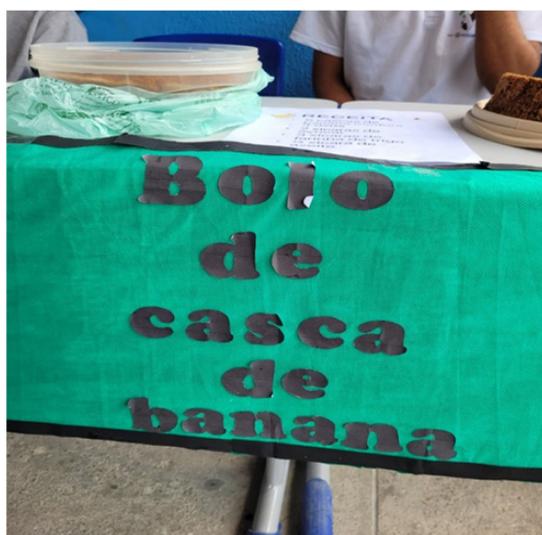
Figura 4 – Fotos das receitas com Plantas Alimentícias Não Convencionais produzidas pelos estudantes e apresentadas e degustadas durante a feira de Ciências de uma escola pública do município de Magé, RJ



(a)



(b)



(c)



(d)



(e)



(f)

Legenda: (a) Biscoito de semente de abóbora; (b) Brigadeiro de casca de banana; (c-d) Bolo de casca de banana; (e) Bolo de casca de laranja; (f) Bolo de ora-pro-nóbis.

Fonte: A autora, 2023.

Comparando as receitas familiares utilizando PANC que foram apresentadas pelos estudantes durante a feira de Ciências com aquelas das respostas ao questionário (Tabela 5), apenas as plantas ora-pro-nóbis, taioba e banana (fruto verde) são comuns. No entanto, são apresentadas receitas diferentes, utilizando, principalmente, as cascas (batata, melancia, banana, laranja, maçã, abacaxi) e sementes (abóbora) (Quadro 1).

Quando questionados sobre as receitas apresentadas na degustação, a maioria dos estudantes informou que optaram pela praticidade, e deram outras formas às suas receitas como bolos e brigadeiro, devido à complexidade no preparo de receitas como pão (Tabela 5). Outros pratos não seriam degustados de forma adequada, como “peixinho” frito, refogado, farofas e omeletes (Tabela 5), por não ter um local apropriado para este alimento ser aquecido antes da degustação. A única exceção foi o grupo que apresentou o charuto de taioba, em que o alimento ficou frio, porém, mesmo assim, ele foi apreciado pelos estudantes da feira. Quanto às outras receitas que foram expostas, os estudantes informaram que depois da aula sobre PANC e hábitos alimentares dos seus antepassados, outras opções surgiram, conforme eles questionavam a família sobre alimentos dos seus antepassados. Esse fato corrobora a importância do resgate da memória alimentar familiar (Amom; Menasche, 2008).

Todas as receitas que foram expostas para a degustação foram apreciadas e consumidas, e se observou que esse fato deixou os estudantes expositores satisfeitos e orgulhosos, conseqüentemente despertando o interesse pela temática apresentada na feira. “Além de dar ao aluno a oportunidade de apresentar projetos que eles mesmos elaboraram, o que favorece seu protagonismo e autonomia” (Bernardes, 2023, p. 895), esta abordagem de preparação e degustação de alimentos, embora seja algo comum para uma parte dos estudantes de outras localidades, dentro da perspectiva da realidade do público da escola cenário desta pesquisa, estas ações engrandecem e resgatam a autoestima, valorizando suas histórias alimentares familiares. A experimentação das receitas com PANC produzidas pelos estudantes, no ambiente escolar, possibilitou o despertar para uma consciência alimentar, o que, segundo Callai (2010), torna a experiência em memória, um fator que agrega ao aprendizado, gerando possibilidades de serem aplicadas em vivências futuras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando comparado ao elevado potencial de plantas comestíveis da flora brasileira, o perfil dos vegetais consumidos pelos estudantes e sua família é constituído predominantemente de espécies exóticas em detrimento de espécies nativas, especialmente aquelas da Mata Atlântica, território onde os estudantes e seus familiares habitam. Plantas nativas desse bioma foram citadas apenas pelos seus antepassados, sendo desconhecidas pela geração atual. A monotonia alimentar analisada nas respostas dos estudantes evidencia um reflexo da restrição de uma variedade de plantas alimentícias, o que conduz a uma redução drástica de opções de consumo alimentar e, conseqüentemente a subutilização e desuso de plantas, potencializando a impercepção botânica e o risco de desaparecimento de espécies, que erroneamente são chamadas de mato ou daninhas.

O termo PANC (Plantas alimentícias não convencionais) não foi reconhecido pela maioria dos estudantes. No entanto, os que já ouviram falar, associaram as plantas de subsistência, que nascem nos quintais e cultivadas pelos mais vividos, o que poderíamos chamar de plantas de uso local ou tradicional. PANC é um termo recente na ciência que, provavelmente, ainda é pouco inserido nas práticas de ensino-aprendizagem na escola básica.

O planejamento e a execução da feira de ciências, em que foi abordado como tema as memórias alimentares familiares dos estudantes relacionadas as plantas alimentícias, salienta que a prática sobrepõe a teoria quando se trata do envolvimento do estudante para a fixação da proposta pedagógica. A atividade de degustação de receitas que utilizavam as PANC durante a feira de ciências resultou no aguçamento da curiosidade por parte dos estudantes de identificar que tipo de planta estava compondo o prato.

Devido a boa recepção observada no presente estudo, o tema PANC tem um bom potencial para o desenvolvimento de práticas de ensino-aprendizagem no ambiente escolar. Ele pode ser trabalhado de modo multidisciplinar ou transdisciplinar, em que outros aspectos sobre as PANC possam ser abordados, contemplando outras perspectivas e trazendo o assunto para a rotina alimentar destes discentes.

Uma interessante perspectiva que se abriu durante o desenvolvimento do presente trabalho foi a elaboração de um livro com as receitas das famílias dos

estudantes. Caminho pedagógico que tem o potencial de expandir o diálogo entre os saberes escolares e os familiares, resgatando e preservando a memória alimentar local.

Levar os temas discutidos na sala aula para a casa do estudante propicia as possibilidades de promover a interação do saber familiar no contexto de ensino-aprendizado, onde questionamentos sobre formas de alimentação e nutrição permeiam as conversas com os moradores da residência, o que possibilitou a prática pedagógica dos envolvidos. A diversidade alimentar disponível no ambiente em que o estudante vive, reconhecendo e valorizando os saberes familiares de seus antepassados e suas formas de alimentação, tem o potencial de agregar e empoderar conhecimento e possibilidades de cultivo e consumo das plantas, gerando a oportunidade de variabilidade ao cardápio, ampliando o paladar e a nutrição.

Como docente, o desenvolvimento deste trabalho demonstrou a importância da abordagem das PANC em sala de aula em diferentes anos escolares, juntamente com a escuta deste estudante, quanto a narrativa da sua vivência alimentar. A conexão entre escola e casa, quando este aborda temas, como alimentação, aproximando sala de aula e a cozinha de casa, associando e salientando ambos os saberes, quando este estudante se torna sujeito do conteúdo da disciplina.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Edeli Simioni; VIANA, Isabel Cristina; MORENO, Rosymaura Baena; TORRES, Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva. *Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história*. Revista saúde e sociedade. São Paulo, v. 10, n. 2, p. 3-14, ago./dez. 2001.
- ACCIOLY, Elizabeth. *A escola como promotora da alimentação saudável*. Ciência em tela, v. 2, n. 2, p. 1-9, 2009.
- ALBUQUERQUE, Ulysses Paulino; LUCENA, Reinaldo Farias Paiva de (ORGS.). *Métodos e Técnicas na Pesquisa Etnobotânica*. Recife: Livro Rápido/ NUPEEA, 2004.
- ALBUQUERQUE, Ulysses Paulino; ALVES, A. G. C. O que é Etnobiologia? In: ALBUQUERQUE, U. P. (Org.). *Introdução à Etnobiologia*. Recife, NUPEEA, 2014.
- AMOM, Denise; MENASCHE, Renata. Comida como narrativa da memória social. *Sociedade e Cultura*, Goiânia, UFGO, v. 11, núm. 1, jan./jun., p. 13-21, 2008.
- BARALDI, Larissa Galastri. *Consumo de alimentos ultraprocessados e qualidade nutricional da dieta na população americana*. 2017. 125 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2017.
- BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo. Edição 70, 2016.
- BASAGLIA, Poliana; MARQUES, Ariane Stefane; BENATTI, Luana. *Aceitação da merenda escolar entre alunos da rede estadual de ensino da cidade de Amparo-SP*. Saúde em Foco, v. 7, p. 126-138, 2015.
- BERNARDES, Adriana Oliveira. *Feira de ciências e sua importância no contexto escolar*. In: OPEN SCIENCE RESEARCH XII. Editora Científica Digital, p. 889-906, 2023.
- BEZERRA, José Arimatea Barros. *Alimentação e escola: significados e implicações curriculares da merenda escolar*. Revista Brasileira de Educação, v. 14, p. 103-115, 2009.
- BOSCOLO, O. H.; ROCHA, J. A. *Saberes tradicionais e a segurança alimentar*. In: SANTOS, M. G.; QUINTERO, M. *Saberes tradicionais e locais: reflexões etnobiológicas* [online]. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2018.
- BRACK, Paulo.; KÖHLER, M., CORRÊA, C. A., ARDISSONE, R. E., SOBRAL, M. E. G., & KINUPP, V. F. *Frutas nativas do Rio Grande do Sul, Brasil: riqueza e potencial alimentício*. Rodriguésia, v. 71, 2020.
- CALLAI, Helena Copetti. *Escola, cotidiano e lugar*. In: BUITONI, M. M. S. (Coord.). Geografia, ensino fundamental. Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica, p. 25-41, 2010.

CAMPOS, Juliana L. A.; SILVA, TALINE C.; ALBUQUERQUE, ULYSSES P. *Observação participante e diário de campo: quando utilizar e como analisar. Métodos de pesquisa qualitativa para etnobiologia*. Recife: NUPEEA, p. 95-112, 2021.

CORDEIRO, Matheus Santos. *Ambiente alimentar percebido e insegurança alimentar no domicílio de estudantes de escolas públicas durante a pandemia da Covid-19*. 2023. 98 f. Monografia (Graduação em Nutrição) - Escola de Nutrição, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2023.

CARNIELLO, Maria Antonia.; SILVA, R. D. S., CRUZ, M. A. B. D., & GUARIM NETO, G. *Quintais urbanos de Mirassol D'Oeste-MT, Brasil: uma abordagem etnobotânica*. Acta amazonica, v. 40, p. 451-470, 2010.

CARVALHO, J. M. F. C.; SILVA, M. M de A.; MEDEIROS, M. J. L. *Perda e conservação dos recursos genéticos vegetais*. Embrapa Algodão, Folhetos, 2009. ISSN: 0103-0205.

CARVALHO, Paulo Ernani Ramalho. *Espécies arbóreas brasileiras*. Embrapa Florestas, 2014. Disponível em: <https://www.embrapa.br/florestas/publicacoes/especies-arboreas-brasileiras>. Acesso em: 08 fev. 2024.

CHAVES, Lorena Gonçalves.; MENDES, P. N. R., BRITO, R. R. D., & BOTELHO, R. B. A. *O programa nacional de alimentação escolar como promotor de hábitos alimentares regionais*. Revista de Nutrição, v. 22, p. 857-866, 2009.

COSTA, E.; DUARTE, R. A.; GAMA, J. A. *A gamificação da botânica: uma estratégia para a cura da "cegueira botânica*. Revista Insignare Scientia - RIS, v. 2, n. 4, p. 79-99, 2019.

CUNHA, Luana Francieli da. *A Importância de uma Alimentação Adequada na Educação Infantil*. 2014. 32 f. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2013.

DA SILVA, Adriella Camila G. FURTADO; DOS ANJOS, Mônica de Caldas Rosa; DOS ANJOS, Adilson. *Quintais produtivos: para além do acesso à alimentação saudável, um espaço de resgate do ser*. Guaju. Mato Grosso do Sul, v. 2, n. 1, p. 77-101, 2016.

DA SILVA MARIANTE, Arthur.; SAMPAIO, Maria José Amstalden.; INGLIS, Maria Cléria Valadares. *Informe Nacional Sobre A Situação Dos Recursos Fitogenéticos Para A Alimentação E A Agricultura Do Brasil*, 2008.

DA SILVA, Samuel Honório.; MÜLLER, F. K., MEURER, I. R.; TREVIZANI, M., & COSTA, F. F. *Plantas alimentícias não convencionais (PANC): potencialidades para indústria farmacêutica e de alimentos*. Revista Gestão & Sustentabilidade, v. 4, n. 1, p. e14085-e14085, 2022.

DE CAMARGO, Regina Aparecida Leite; BACCARIN, José Giacomo; DA SILVA, Denise Boito Pereira. *Mercados institucionais para a agricultura familiar e soberania alimentar/Institutional Markets for family agriculture and food sovereignty/Los*

mercados institucionales para la agricultura familiar y la soberanía alimentaria. Revista Nera, n. 32, p. 34-55, 2016.

DE MIRANDA SOUZA, Maria Regina; *et al.* *Instalação artístico pedagógica como instrumento de construção do conhecimento sobre Plantas Alimentícias Não Convencionais, PANC*. Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável, v. 16, n. 2, p. 189-198, 2021.

DELLA GIUSTINA, Adelina Padilha de Souza. *A culinária como patrimônio cultural imaterial*. Redellavista Cadernos do Ceom, v. 22, n. 31, p. 45-68, 2009.

DIAS, Carolina Carmona. *O Slow Food no Brasil e a Valorização dos Biomas Brasileiros*. Dissertação (Mestrado em Alimentação – Fontes, Cultura e Sociedade). 2018. 80 f. Universidade de Coimbra. Coimbra, 2018.

DIEZ GARCIA, Rosa Wanda. *Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana*. Revista de nutrição, v. 16, p. 483-492, 2003.

DO CARMO, Julio Cesar Botega. *Planejar a escala metropolitana: o paradigma cidade jardim no Reino Unido (1898-1944)*. Simpósio nacional de geografia urbana, 16., Anais... v. 1, p. 2149-2165, 2019.

DOS REIS, João Donizeti.; CLARET, Karina de Cássia Paula.; MONTEIRO, Vanessa da Fontoura Custódio. *Plantas alimentícias não convencionais nas escolas: Proposta de uma sequência didática para o ensino da diversidade vegetal, alimentar e cultural*. Journal of Education Science and Health, v. 1, n. 3, 2021.

DOS SANTOS, F. P., RAMOS, P., GIANNELLA, T. R.; STRUCHINER, M. *Na trilha da alimentação: promovendo a reflexão sobre hábitos alimentares saudáveis na escola*. e-mosaicos, v. 10, n. 23, p. 351-365, 2021.

DOS SANTOS, M. I., JUNIOR, A. D. S. M., & DA COSTA, D. R. M. *Estudo cientométrico sobre plantas alimentícias não convencionais com potencial educativo para o ensino de Botânica*. Revista de Ensino de Biologia da SBEnBio, p. 137-149, 2024.

DO ESPÍRITO SANTO, Anderson Luis. *Os supermercados na cidade de corumbá-MS: uma análise sobre suas origens e fatos históricos*. Revista GeoPantanal, v. 11, n. 20, p. 105-124, 2016.

DURIGON, Jaqueline.; JUNIOR, Carlos Alberto Seifert. *Caminhos para diversificação e soberania alimentar: a contribuição das plantas alimentícias não convencionais (PANC)*. Revista Arqueologia Pública, v. 17, p. e022021-e022021, 2022.

EMBRAPA - EMPRESA BRASILEIRA DE PESQUISA AGROPECUÁRIA. *Conservação e uso de recursos genéticos vegetais para a alimentação e a agricultura no Brasil: 2012 a 2019*. Brasília, DF: EMBRAPA, 2022. Disponível em: <http://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/handle/doc/1142303>. Acesso em: 30 ago. 2023.

FAO - FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS. *Estudo inédito da FAO aponta que a biodiversidade do planeta está desaparecendo*. 2019. Disponível em: <https://www.fao.org/brasil/noticias/detail-events/fr/c/1181587/>. Acesso em: 26 ago. 2023.

_____. *Sistemas alimentares seguros e sustentáveis em época de mudanças climáticas aceleradas*. 2019. Disponível em: <https://www.fao.org/3/CA2789PT/ca2789pt.pdf>: Acesso em: 15 out. 2023.

FIGUEIROA, Dixis. *Padrões alimentares: da teoria à prática – o caso do Brasil*. Publicação do departamento de história e geografia da Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Centro de Ensino Superior do Seridó – Campus De Caicó, v. 04, n. 09, fev./mar. 2004. Disponível em: <http://www.cerescaico.ufrn.br/mneme/pdf/mneme09/005-p.pdf>. Acesso em: 10 maio 2022.

FLORA E FUNGA DO BRASIL. *Jardim Botânico do Rio de Janeiro*. Disponível em: <http://floradobrasil.jbrj.gov.br/>. Acesso em: 08 fev. 2024.

FLORES, Susana Helena Degues. *Alimentação saudável: uma análise dos hábitos alimentares dos alunos do ensino médio de uma escola estadual*. 26p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Gestão Pública). Universidade Federal do Pampa, Santana do Livramento, 2023.

FROTA, Mirna Albuquerque.; E. G., BEZERRA, M. D. M., MARTINS, M. C., & GURGEL, A. *A Má alimentação: fator que influência na aprendizagem de crianças de uma escola pública*. Revista de APS, v. 12, n. 3, 2009.

GARINE, Igor de. *Alimentação, culturas e sociedades*. O correio da UNESCO, v. 15, n. 7, p. 4-7, 1987.

GIMENES-MINASSE, M. H. S. G. *Comfort food: sobre conceitos e principais características*. Contextos da Alimentação–Revista de Comportamento, cultura e Sociedade, v. 4, n. 2, p. 92-102, 2016.

GUANZIROLI, Carlos E. *PRONAF dez anos depois: resultados e perspectivas para o desenvolvimento rural*. Revista de economia e sociologia rural, v. 45, p. 301-328, 2007.

HORTA, NINA. Não é sopa. Companhia de Mesa, 2020.

JOMORI, M. M., PROENÇA, R. P. D. C., & CALVO, M. C. M.. *Determinantes de escolha alimentar*. Revista de Nutrição, v. 21, p. 63-73, 2008.

JÚNIOR, Olympio Barbanti. *Mudanças climáticas, agricultura e segurança alimentar: um caminho para o desastre*. Universidade federal do ABC. São Paulo: Friedrich-Ebert-Stifung (FES), 2017.

JUNQUEIRA, Antonio Hélio; PERLINE, Elaine Aparecida. *Gosto, ideologia e consumo alimentar: práticas e mudanças discursivas sobre plantas alimentícias não*

convencionais-PANC. Cadernos de Linguagem e Sociedade, v. 20, n. 2, p. 17-35, 2019.

KINUPP, Valdely Ferreira. *Plantas alimentícias não-convencionais da região metropolitana de Porto Alegre, RS*. 2007. 597 f. Tese (Programa de Pós-Graduação em Fitotecnia), Faculdade de Agronomia. Programa de Pós-Graduação em Fitotecnia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, 2007.

_____. *Plantas alimentícias não-convencionais (PANCS): uma riqueza negligenciada*. REUNIÃO ANUAL DA SBPC, 61., Manaus. Anais... Manaus, 2009.

KINUPP Valdely Ferreira; LORENZI Harri. *Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas*. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014.

LEÃO, Marília *et al.* *O direito humano à alimentação adequada e o sistema nacional de segurança alimentar e nutricional*. Brasília: Abrandh, v. 263, 2013.

LIBERALESSO, Andréia Maria. *O futuro da alimentação está nas plantas alimentícias não convencionais (PANC)?*, 2019. 77 f. Dissertação de Mestrado Centro de Estudos e Pesquisas em Agronegócios. Programa de Pós-Graduação em Agronegócios, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, 2019.

LIBERALESSO, Andréia Maria.; OLIVEIRA, Leticia. *Plantas alimentícias não convencionais (PANC): uma revisão sistemática*. Rev Bras Plantas Med/Braz J Med Plants, v. 22, p. 122-136, 2020.

LOCHER, Julie; YOELS, William.; MAURER, Donna; VAN ELLS, Jillian. *Comfort foods: an exploratory journey into the social and emotional significance of food*. In: _____. *Food and foodways: explorations in the history and culture of human nourishment*, v.13, n.4, p. 273-297, 2005.

LOMBARDI, Marta Sambiase.; MOORI, Roberto Giro.; SATIKO SATO, G. E. N. I. *Um estudo exploratório dos fatores relevantes na decisão de compra de produtos orgânicos*¹. RAM. Revista de Administração Mackenzie, v. 5, n. 1, p. 13-34, 2004

LORENZI, H.; LACERDA. M. T. C.; BACHER, L. B. *Frutas no Brasil: Nativas e Exóticas (de consumo in natura)*. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2015.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. *Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas cultivadas*. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2002.

MACÊDO, Adrielle Souza Leão. *Práticas sustentáveis para uma alimentação saudável: uma proposta de formação para Merendeiras da Rede Municipal de Ensino na cidade de Serrinha Bahia*. Repositório de Livros, e-books e outras produções do LaPPRuDes e Parceiros, 2021.

MARQUES, Gabriel Lisboa. *O processo de popularização e preservação das PANC na contemporaneidade e sua importância histórica e cultural*. Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade, p. 45-54, 2020.

MARTINS, Ana Paula Bortoletto; LEVY, R. B., CLARO, R. M., MOUBARAC, J. C., & MONTEIRO, C. A. *Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009)*. Revista de saúde pública, v. 47, p. 656-665, 2013.

MINTZ, Sidney W. *Comida e antropologia: uma breve revisão*. Revista Brasileira De Ciências Sociais, v. 16, n. 47, p. 31-41, out. 2001.

MIRANDA, Pauline Vielmo; PEREIRA, Ascísio dos Reis; RISSETI, Gustavo. *A influência do ambiente escolar no processo de aprendizagem de escolas técnicas*. In: VI Seminário Nacional de Pesquisa em Educação. Universidade de Santa Cruz do Sul. Anais [...]. Santa Cruz do Sul: UNISC. Disponível em: <http://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/sepedu/article/view/14918>. Acesso em: 14 dez. 2022.

MONTANARI, Massimo. *Comida como cultura*. São Paulo: Editora Senac, Paulo, 2008.

MORATOYA, Elsie Estela; CARVALHAES, G. C., WANDER, A. E., & ALMEIDA, L. M. D. M. C. *Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil e no mundo*. Revista de Política Agrícola, v. 22, n. 1, p. 72-84, 2013.

PARSLEY, Kathryn M. *Plant awareness disparity: A case for renaming plant blindness*. Plants, people, planet, v. 2, n. 6, p. 598-601, 2020.

PINHEIRO Junior, F. A.; PONTES, E. T. M. *Geografia da fome no brasil contemporâneo: análise comparativa com a obra geografia da fome*. In: SEMIC 2018 - Seminário de Iniciação Científica 2018, 2018, Quixadá. Anais do SEMIC 2018 - Seminário de Iniciação Científica 2018, 2018.

PORTILHO, Fatima; CASTAÑEDA, Marcelo; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro De. *A alimentação no contexto contemporâneo: consumo, ação política e sustentabilidade*. Ciência e saúde coletiva, Rio de Janeiro, v.16, n.1. jan. 2011.

POZZETTI, Valmir César; DOS SANTOS, Ulisses Arjan Cruz Cruz; MICHILES, Marcela Pacifico. *O direito humano à alimentação saudável: da revolução verde ao projeto de lei de proteção de cultivares (PL nº 827/2015)*. Relações Internacionais no Mundo Atual, v. 2, n. 23, p. 390-410, 2019.

RIBEIRO, Cilene da Silva Gomes; CORÇÃO, Mariana. *O consumo da carne no Brasil: entre valores sócios culturais e nutricionais*. Demetra: alimentação, nutrição & saúde, v. 8, n. 3, p. 425-438, 2013.

ROCHA, Fernando Goulart; SOUTHGATE, Alice NN; AMARAL, Fabiana M. *Alimentação e sustentabilidade: nossas frutas*. Caminho Aberto: revista de extensão do IFSC, 2019.

ROSSET, Peter. *Alternativa à política fundiária de mercado, reforma agrária e soberania alimentar*. In: PEREIRA, J. M. M.; SAUER, S. Capturando a terra. São Paulo: Expressão Popular, p. 315-42, 2006.

ROSSI, A., MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. *Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família*. Revista De Nutrição, n. 21, v. 6, 739–748, 2008.

ROVER, Oscar José; PUGAS, Adevan da Silva; SOUZA, Marina Carrieri de. *Circuitos curtos de comercialização e mecanismos de controle na agricultura orgânica: analisando o potencial de formação de cinturões verdes*. Campo-território: revista de geografia agrária, v. 16, n. 43, p. 378-399, dez., 2021.

SALATINO, Antonio; BUCKERIDGE, Marcos. *Mas de que te serve saber botânica?* Estudos avançados, v. 30, p. 177-196, 2016.

SANTOS, Carlos Roberto Antunes dos. *A comida como lugar de história: as dimensões do gosto*. História: questões & debates, Curitiba, Editora UFPR, n. 54, p. 103-124, jan./jun., 2011.

SANTOS, M. G. Fruta, verdura ou legume? Um guia sobre as plantas do nosso cotidiano. 1ª edição. Rio de Janeiro: Editora Projeto Cultural, 2023.

SANTOS, M. G.; CARVALHO, A. C. B. *Plantas medicinais: saberes tradicionais e o sistema de saúde*. In: SANTOS, M. G.; QUINTERO, M. *Saberes tradicionais e locais: reflexões etnobiológicas* [online]. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2018, pp. 72-99. Disponível em: <https://doi.org/10.7476/9788575114858.0006>. Acesso em: 20 jul. 2022.

SILVA, Paula Araújo Patriota Costa; DE SOUZA, R. M., DE SOUZA, S. M., & DOS SANTOS LUCAS, L. E I. *Aproveitamento integral dos alimentos: alimentos alternativos de baixo custo com alto valor nutricional na melhoria da qualidade de vida da população carente*. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 8, n. 10, p. 1466-1479, 2022.

SILVEIRA, Isabela Martins; SILVA, Rônia Kreyce dos Santos; ALMEIDA, Simone Gonçalves de. *Segurança alimentar e nutricional em tempos de Covid-19: uma revisão bibliográfica*. 2021. 20 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Faculdade de Nutrição, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2021.

TAVARES, Adriano Pereira. *Comida afetiva: uma expressão de gosto, hospitalidade e memória*. 2018. 106 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Turismo) - Universidade de Brasília, Brasília, 2018.

URSI, S.; SALATINO, A. *É tempo de superar termos capacitistas no ensino de Biologia: “Impercepção Botânica” como alternativa para “Cegueira Botânica”*. Boletim de Botânica, São Paulo: Universidade de São Paulo, v. 39, p. 1-4, 2022.

VALENTE, Flavio Luiz Schieck. *Direito humano à alimentação: desafios e conquistas*. In: Direito humano à alimentação: desafios e conquistas. São Paulo: Cortez, 2002.

VAUGHAN, J. G.; GEISSLER, C. A. *The New Oxford Book of food plants*. UK: Oxford University Press, 2009.

VIEIRA, Eilamaria Libardoni. *Cozinha: saberes e sabores da gastronomia missioneira*. Revista Contexto & Saúde, v. 16, n. 30, 2016 Revista Contexto & Saúde, 16(30). <https://doi.org/10.21527/2176-7114.2016.30.110-115>.

VIEIRA, Roberto Fontes; CAMILLO, JULCÉIA; CORADIN, LIDIO (Ed.). *Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial: plantas para o futuro-Região Centro-Oeste*. Ministério do Meio Ambiente, Secretaria de Biodiversidade, p. 19, 2018.

WANDERSEE, J. H.; SCHUSSLER, E. E. *Preventing plant blindness. The american biology teacher, oakland*, v. 61, n. 2, p. 284-286, 1999.

WANDERSEE, J. H.; SCHUSSLER, E. E. *Toward a theory of plant blindness. Plant science bulletin, St. Louis*, v. 47, n. 1, p. 2-9, 2001.

APÊNDICE A – Questionário

Professora: Carla Gomes

Turma: _____

Data: _____

Aluno(a): _____

Questionário sobre plantas alimentícias utilizadas na alimentação familiar

1- Hoje, na idade adulta, quais alimentos que vem das plantas, ou seja, legumes, verduras, frutas e temperos (plantas usadas como tempero) você tem o hábito de comer? Diga os que são encontrados somente na região em que você mora.

2- Hoje, na idade adulta, você e seus familiares costumam plantar, colher e comer os alimentos produzidos em seu quintal?

() NÃO

() SIM

Se sim, quais? _____

3- Quando criança, quais alimentos entre frutas, legumes, verduras, flores e temperos (plantas usadas como tempero) você tinha o costume de consumir?

3.1- Em caso positivo, quais desses alimentos eram plantados por sua família ou vizinhos?

3.2- Caso positivo a pergunta 3, quais eram comprados em supermercados, sacolões, hortifrúteis, feira ou em outro tipo de mercado?

4- Você considera a que a sua alimentação na vida adulta seja diferente da alimentação que seus pais e avós tinham quando eram crianças e adultos? Você se lembra de alguma planta que eles comiam e costumavam comentar para você?

() NÃO

() SIM

Diga quais são as diferenças: _____

5- Os seus pais e avós já contaram para você alguma história sobre plantas que eles comiam antigamente, e que hoje não comem mais? Tem alguma que seja encontrada somente na região em que vocês moram?

() NÃO

() SIM

Quais? _____

6- Tem alguma planta que você e seus familiares comem ou já comeram e que não são encontradas em mercados, sacolões e *hortifrutis* de seu município?

() NÃO

() SIM

Quais? _____

7- Você se lembra de alguma comida, prato ou receita feita com plantas pelos seus pais ou avós, que você costumava comer em sua infância, e que você hoje não consome mais?

() NÃO

() SIM

Se sim, quais? _____

8- Qual receita feita com plantas marcou sua infância? Diga as emoções que vem a sua cabeça quando você se lembra dessa refeição. Por que ela foi tão importante para você?

9- Você já escutou falar sobre plantas alimentícias não convencionais, também chamada de PANC?

() NÃO

() SIM

Diga o que você acha que são plantas alimentícias não convencionais (PANC).

APÊNDICE B – Receitas citadas pelos estudantes

Farinha de banana

Retirar as cascas das bananas verdes e cortar em tiras, em seguida colocar em uma forma (não precisa untar), arrumando de modo de que não se sobreponham. Em uma assadeira de matéria antiaderente ou forrada com papel vegetal. Levar ao forno em fogo baixo por 30 minutos, virando as bananas. Retirar do forno quando observar as bananas desidratadas. Colocar as bananas desidratadas no liquidificador ou no processador e bater até virarem farinha.

Omelete com folhas de almeirão/beldroega

6 folhas de almeirão lavadas e picadas/20 folhas de beldroega lavadas e picadas

3 claras em neve

2 colheres de sopa de óleo

Sal a gosto.

Em uma vasilha misturar as claras, as folhas e o sal. Em seguida aqueça uma frigideira e coloque o óleo, aguarde 20 segundos até que o óleo aqueça e coloque a mistura, deixe fritar por cerca de 1 minuto. Tirar o excesso de óleo em papel guardanapo.

Salada de almeirão

6 folhas de almeirão lavadas e secas

Tempero a gosto.

Pique as folhas de almeirão. Em uma vasilha, misture o almeirão picado e os temperos.

O mesmo com as opções de beldroega, ora-pro-nóbis e major Gomes

Peixinho Frito

12 folhas de peixinho frito lavadas e secas.

2 claras batidas

1 xícara de fubá, farinha de rosca ou farinha panko

Sal à gosto.

Em uma vasilha, passe as folhas de peixinho na clara batida, em seguida, em um vasilhame, empanar as folhas no fubá, farinha de rosca ou em farinha panko. Em seguida, fritar as folhas de peixinho.

Farofa de Almeirão

12 folhas de almeirão lavadas, secas e picadas.

200 gramas de farinha de mandioca

1 colher de manteiga ou margarina

Sal à gosto

Aqueça uma panela, acrescente a manteiga ou margarina até derreter, coloque o almeirão, deixe refogar por 2 minutos, após acrescente a farinha e o sal, misture bem por cerca de 2 minutos.

A mesma receita pode ser a substituída por taioba, beldroega, ora-pro-nóbis e major Gomes.

Bolo de farinha de banana verde

2 xícaras de farinha de banana-verde

4 bananas maduras fatiadas

1 xícara de açúcar

1 xícara de leite

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina

3 ovos

1 colher de sopa fermento em pó.

Pré-aquecer o forno em 180° C. Em uma vasilha, acrescentar a margarina ou manteiga, ovos e açúcar, misturar bem e em seguida colocar a farinha de banana, açúcar, fermento e o leite, misturar bem todos os ingredientes até virar uma massa

homogênea. Untar a forma e despejar a massa, em seguida, colocar a banana fatiada sobre a massa. Levar ao forno para assar por 20 minutos ou até dourar.

Bolo de banana-verde

6 bananas-verdes cozidas

250 ml de água temperatura ambiente

3 ovos

2 xícaras de açúcar

2 colheres de sopa de margarina/manteiga

1 xícara de leite

1 colher de sopa fermento em pó.

Pré-aquecer o forno em 180° C. Bater no liquidificador as bananas verdes cozidas, com 250 ml de água aproximadamente por 1 minuto e em seguida ir acrescentado os líquidos (leite, ovos e a margarina/manteiga), bater mais 30 segundos no liquidificador. Retirar do liquidificador e colocar em uma vasilha e em seguida acrescentar o fermento e o açúcar, mexer até a massa ficar homogênea. Untar uma assadeira com manteiga/margarina e colocar a massa levando ao forno por 30 minutos.

Pão de farinha de banana-verde

250 gramas de farinha de banana-verde.

250 gramas de farinha de trigo.

350 ml de água.

12 gramas de sal.

25 gramas de fermento biológico fresco.

Misturar as farinhas e reservar. Em uma vasilha, dissolver o fermento na água e em seguida acrescentar as farinhas e sovar até a massa ficar homogênea, acrescentar o sal continuar sovando até o ponto de desgrudar das mãos. Cortar a massa em pedaços de aproximadamente 60 gramas, bolear a massa e colocar em uma assadeira untada deixar a massa descansar até aumentar e volume em local protegido

da luz, coberto por um pano limpo, por cerca de 2 horas. Após esse período, levar para assar em forno médio, preaquecido, por aproximadamente 30 minutos.

Conserva de palmito de banana

- 1 palmito de bananeira
- 3,5 litros de água quente
- 3 colheres de sopa de vinagre branco
- 1 colher de sopa de sal
- 1 pitada de açúcar

Corte o palmito de bananeira em rodelas, retirando os fiapos. Em uma panela acrescente 1 litro de água e 3 colheres de sopa de vinagre branco. Ferver o palmito por 5 minutos. Escorra a água e repita o processo de 2 a 3 vezes para que o amargor seja eliminado. Para a salmoura, ferver 500 ml de água com açúcar e o sal por 15 minutos. Em um pote de vidro higienizado, colocar a salmoura e o palmito e tampar a vasilha.

Refogado de bertalha

- 300 gramas de bertalha lavada
- 1 cebola ralada
- 1 colher de óleo
- Sal à gosto

Picar a bertalha. Levar ao fogo em uma panela com o óleo e refogar cebola. Acrescentar a bertalha e o sal por 3 minutos ou até murchar as folhas.

APÊNDICE C – Receitas preparada pelos estudantes para a feira de ciências**Bolo de casca de banana**

- 2 xícaras de farinha trigo
- 1 xícara de cascas de banana
- 1 xícara de açúcar
- 1 xícara de leite
- 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
- 3 ovos
- 1 colher de sopa fermento em pó.

Pré-aquecer o forno em 180° C. Bater as claras e reserve. No liquidificador, acrescente as cascas de banana e os líquidos (leite, gemas e a margarina/manteiga), por 1 minuto. Retirar do liquidificador e colocar em uma vasilha e em seguida acrescentar o fermento, a farinha e o açúcar, mexer até a massa ficar homogênea. Acrescentar a clara em neve e misture. Untar uma assadeira com manteiga/margarina e colocar a massa levando ao forno por 30 minutos

Bolo de casca de laranja

- 3 laranjas limas ou seleta;
- 2 xícaras de farinha trigo
- 1 xícara de açúcar
- 3 colheres de sopa de óleo
- $\frac{3}{4}$ de leite em temperatura ambiente
- 3 ovos
- 1 colher de sopa fermento em pó.

Para calda:

- 1 xícara de açúcar
- 1 xícara de água

Pré-aquecer o forno em 180° C. Corte as laranjas, retire as sementes e bata no liquidificador junto com os ovos, o óleo e o leite. Em uma vasilha acrescentar o fermento, a farinha e o açúcar, mexer até a massa ficar homogênea. Untar uma assadeira com manteiga/margarina e colocar a massa levando ao forno por 30 minutos. Para a calda: levar uma panela em fogo médio água e açúcar, até levantar a fervura. Aguarde esfriar e despeje o conteúdo por cima do bolo assado.

Bolo de casca de maçã

2 xícaras de farinha trigo
1 xícara de cascas de maçã
1 xícara de açúcar
1 xícara de leite
2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
3 ovos
1 colher de sopa fermento em pó.

Pré-aquecer o forno em 180° C. Bater as claras e reserve. No liquidificador, acrescente as cascas de maçã e os líquidos (leite, gemas e a margarina/manteiga), por 1 minuto. Retirar do liquidificador e colocar em uma vasilha e em seguida acrescentar o fermento, a farinha e o açúcar, mexer até a massa ficar homogênea. Acrescentar a clara em neve e misture. Untar uma assadeira com manteiga/margarina e colocar a massa levando ao forno por 30 minutos

Bolo de ora-pro-nobis

2 xícaras de farinha trigo
1 xícara de folhas de ora-pro-nobis
1 xícara de açúcar
1 xícara de leite
2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
3 ovos
1 colher de sopa fermento em pó.

Pré-aquecer o forno em 180° C. Bater no liquidificador as folhas de ora-pró-nobis com

os líquidos (leite, ovos e a margarina/manteiga), por 1 minuto. Retirar do liquidificador e colocar em uma vasilha e em seguida acrescentar o fermento, a farinha e o açúcar, mexer até a massa ficar homogênea. Untar uma assadeira com manteiga/margarina e colocar a massa levando ao forno por 30 minutos. Para a calda: levar uma panela em fogo médio água e açúcar, até levantar a fervura. Aguarde esfriar e despeje o conteúdo por cima do bolo assado.

Brigadeiro de casca de banana

3 cascas de banana em tiras
2 colheres de sopa de margarina
1 xícara de leite morno
2 colheres de sopa de achocolatado
1 xícara de açúcar
4 colheres de farinha de trigo
1 xícara de chocolate granulado

Leve ao fogo uma panela e coloque as cascas de banana, a água e o açúcar, cozinhando até ficar com a consistência pastosa. Acrescente, os outros ingredientes, exceto o chocolate granulado, e continue mexendo até ficar com aspecto homogêneo e desprender do fundo da panela. Deixe esfriar, unte as mãos e faça bolinhas enrolando com o chocolate granulado.

Casca de laranja cristalizada.

Cascas de 12 laranjas limpas
6 xícaras de açúcar
4 xícaras de água

Descasque as laranjas e retire o mesocarpo. Levar ao forno uma panela com água e as cascas da laranja e ferva. Descarte a água e repita a fervura por mais duas vezes. Após a terceira fervura, acrescente as xícaras de água, as cascas de laranja e o açúcar, mexa até formar uma calda grossa. Desligue o fogo e retire as cascas, despeje o conteúdo em uma bancada fria e aguardar até cristalizar.

Chips de banana verde

6 Bananas verde fatiadas

Untar a forma, colocar as bananas fatiadas com sal à gosto e levar para assar a temperatura de 200 graus por 15 minutos. Observe quando tiver 10 minutos de forno, virar as fatias para assar por igual.

Charutos de taioba

300 gramas Carne moída

1 dente de alho amassada

½ xícara de cebola picada

1 colher de extrato de tomate

1 tomate picado

6 Folhas de taioba

Leve ao fogo médio uma panela, acrescente água e coloque as folhas de taioba para cozinhar e reserve. Em outra panela, em fogo médio, doure o alho e a cebola, em seguida acrescente a carne moída, os tomates e o extrato de tomate, coloque sal à gosto. deixe cozinhar por 15 minutos. Coloque pequenas porções de carne na folha de taioba e enrole.

Chips de casca de batata

Cascas limpas de 10 batatas

1 xícara de óleo

Lave bem as batatas, descasque-as e seque-as bem com um pano limpo. Leve uma frigideira ao fogo, acrescente o óleo e deixe esquentar. Frite cuidadosamente as cascas de batatas. Coloque em uma vasilha com papel toalha para retirar o excesso de óleo. Sal à gosto.

Geleia de casca de melancia

4 copos de polpa de melancia

2 copos de açúcar cristal

Leve uma panela ao fogo médio a polpa e o açúcar, mexendo por 20 minutos.

Shake de ora-pró-nobis

20 folhas de ora-pro-nobis 1 litro de água

20 gotas de limão

Lavar bem as folhas de ora-pro-nobis e coloque no liquidificador com a água e as gotas de limão. Bater em velocidade média por 3 minutos e coe.

Semente de abóbora

2 xícaras de sementes de abobora

Sal à gosto

Lavar as sementes e deixe escorrer para secar por 20 minutos. Untar a forma, colocar as sementes, sal à gosto e levar para assar a temperatura de 200 graus por 15 minutos

Suco de casca de abacaxi

2 abacaxis

5 colheres de sopa Açúcar

2 litros d'água

Lavar bem os abacaxis, descasque e coloque as cascas no liquidificador com a água e o açúcar. Bater em velocidade média por 3 minutos e coe. Sirva gelado.

APÊNDICE D – Termo de consentimento livre e esclarecido

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), na pesquisa intitulada PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS: DA SALA DE AULA PARA O QUINTAL conduzida por Carla de Souza Gomes de Farias. Este estudo tem por objetivo pesquisar sobre o consumo de plantas não convencionais nos hábitos alimentares familiares.

Você foi selecionado(a) por ser estudante do Colégio Estadual de Magé e residir nas proximidades do colégio, portanto, os hábitos alimentares locais e o consumo de plantas na rotina alimentar. Sua participação não é obrigatória. A qualquer momento, você poderá desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa, desistência ou retirada de consentimento não acarretará prejuízo.

Suas respostas no questionário serão sigilosas. Os riscos que envolvem esta pesquisa embora sejam mínimos, é de quebra de sigilo das respostas, logo como estratégia para que não ocorra tal fato é identificar os questionários em números, sem utilização de nomes.

Sua participação na pesquisa não é remunerada nem implicará em gastos para os participantes.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em responder o questionário sobre o conhecimento e consumo de plantas alimentícias não convencionais. O questionário será entregue ao entrevistado e recolhido posteriormente, as informações constadas será de análise para estudo de hábitos alimentares familiares.

Os dados obtidos por meio desta pesquisa serão confidenciais e não serão divulgados em nível individual, visando assegurar o sigilo de sua participação.

O pesquisador responsável se compromete a tornar públicos nos meios acadêmicos e científicos os resultados obtidos de forma consolidada sem qualquer identificação de indivíduos participantes.

Rubrica do participante _____

Rubrica do pesquisador _____

Caso você concorde em participar desta pesquisa, assine ao final deste documento, que possui duas vias, sendo uma delas sua, e a outra, do pesquisador responsável / coordenador da pesquisa. Seguem os telefones e o endereço institucional do pesquisador responsável e do Comitê de Ética em Pesquisa – CEP, onde você poderá tirar suas dúvidas sobre o projeto e sua participação nele, agora ou a qualquer momento.

Caso você se sinta prejudicado, o parágrafo IV.3, os itens (g) e (h) da Resolução 466/12 garante os direitos de ressarcimento e indenização (se necessário): "g) explicitação da garantia de ressarcimento e como serão cobertas as despesas tidas pelos participantes da pesquisa e dela decorrentes"; e "h) explicitação da garantia de indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa." Há também base na Resolução 510/16, no Artigo 9, nos itens VI e VII: "VI ser indenizado pelo dano decorrente da pesquisa, nos termos da Lei; e VII o ressarcimento das despesas diretamente decorrentes de sua participação na pesquisa".

Contatos do pesquisador responsável: Carla de Souza Gomes de Farias, Mestranda Pós-Graduação em Ensino de Ciências, Ambiente e Sociedade,

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Centro de Educação e Humanidades.
Faculdade de Formação de Professores. E-mail: carlabaraton@yahoo.com.br.
Telefone (021)970350422

Caso você tenha dificuldade em entrar em contato com o pesquisador responsável, comunique o fato à Comissão de Ética em Pesquisa da UERJ: Rua São Francisco Xavier, 524, sala 3018, bloco E, 3º andar, - Maracanã - Rio de Janeiro, RJ, E-mail: coep@sr2.uerj.br — Telefone: (021) 2334-2180. O CEP COEP é responsável por garantir a proteção dos participantes de pesquisa e funciona às segundas, quartas e sextas-feiras, de 10h às 12h e 14h às 16h.

Declaro que entendi os objetivos, riscos e benefícios de minha participação na pesquisa, e que concordo em participar.

Rio de Janeiro, ____ de _____ de _____.

Nome do(a) participante: _____ Assinatura: _____

Nome do(a) pesquisador: _____ Assinatura: _____