INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
RIO GRANDE DO SUL
Campus Osório

PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS: UM RESGATE QUE COMBATE A FOME

Autor: Rafaella Milanezi de Lima
Orientador: Kátia Airoldi; Telvin Favin
Co-autores: Jássica da Silva Gildriane Avila da Sila
Nível: Ensino Médio Técnico
Categoria: Extensão

Resumo:
O projeto realizado dispõe de um conhecimento avançado sobre as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC), ou seja, são plantas espontâneas que encontramos em qualquer lugar, sendo os “matos” que nos deparamos no nosso cotidiano e não conhecemos o potencial que estes vegetais têm a nos oferecer. Com isso o objetivo deste trabalho é identificar as mesmas na comunidade local e regional, analisar as propriedades nutricionais e medicinais, sensibilizar a comunidade da importância das PANC e incluí-las na nossa dieta alimentar, dinamizando a gastronomia veiculada com o saudável e sustentável. Na sociedade pós-moderna, podemos afirmar que apesar do crescimento populacional, o aumento pela demanda da dieta alimentar equilibrada é de suma importância, para que as comunidades locais desenvolvam todo o seu potencial, neste sentido a região do litoral norte do Rio Grande do Sul apresenta uma característica singular de biodiversidade. O que se pode afirmar que dentro do tema em estudo, as plantas comestíveis não convencionais, são inúmeras na região, podendo assim ser fonte de grande importância para as necessidades nutritivas da sociedade regional visando à quantidade e a qualidade dos alimentos. No entender do grupo de pesquisa os fatores que estão dificultando este melhor aproveitamento do potencial das PANC, estão relacionados a cultura regional, e na falta de conhecimento sobre o assunto. Ao longo do desenvolvimento do mesmo, serão realizadas oficinas de degustações de receitas preparadas pelo grupo, construção de questionários baseados em pesquisas quantitativa representada por gráficos e pesquisa qualitativa que analisaremos propriedades das PANC a confecção de um herbário para identificação destas plantas. Em relação aos resultados obtidos podemos considerá-los parciais, já que o projeto está em andamento. Nas oficinas realizadas as pessoas desconhecem as PANC por ser um tema inovador, mas não deixam de experimentar as receitas por curiosidade e por se tratar de alimentos. Na verificação dos resultados todos gostaram desses produtos, mas pela falta de tempo e de conhecimento preferem buscar nas prateleiras alimentos de fácil acesso. Com isso, queremos diversificar a nossa alimentação sem deixar de lado os alimentos que já conhecemos, mas valorizar as PANC que podem suprir a carência nutricional da população.