rLAS® v.7, n.3 Especial (2025)
EIXO III: Meio Ambiente e Processos Produtivos Sustentáveis
ISSN: 2526-219X

Plantas alimentícias não convencionais em Laguna, Santa Catarina

Unconventional food plants in Laguna, Santa Catarina

Jhonatan Eduardo Aleixo[1*], Agatha Antunes de Souza[1], Pietra Bivanco[1], Vitoria Maria Dal Zot[1], Khatarina Squizatto Link[1], Juliano Pereira Gomes[1]

[1] Laboratório de Biodiversidade e Conservação Vegetal, Departamento de Engenharia de Pesca e Ciências Biológicas, Centro de Educação Superior da Região Sul, Universidade Estado de Santa Catarina, Laguna, Santa Catarina, Brasil.

*Autor para correspondência: jhonatan.aleixo@icoud.com

RESUMO

Objetivou-se contribuir para o conhecimento e valorização das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs), como recursos alimentares alternativos para segurança alimentar. Neste sentido, buscou-se realizar o levantamento das PANCs em diferentes ecossistemas no município de Laguna, Santa Catarina. O trabalho se baseou em amostragem aleatória e exploratória da flora, visando analisar a ocorrência dessas espécies em ambientes como florestas e restingas. A metodologia incluiu levantamentos botânicos com caminhamento livre, registros fotográficos e identificação por literatura especializada. Foram observadas espécies frequentemente negligenciadas pela população, comumente tratadas como daninhas, mas que apresentam elevado potencial nutricional e funcional. Os dados coletados permitiram a elaboração de uma cartilha educativa contendo os modos de preparo, benefícios nutricionais e possíveis formas de uso dessas espécies. Os resultados contribuem para a valorização da biodiversidade local, propondo alternativas sustentáveis de alimentação e promoção a saúde, além de incentivar a conservação de saberes tradicionais. O estudo reforça o papel das plantas na segurança alimentar e no fortalecimento de práticas ecológicas, destacando sua relevância para populações em contextos de vulnerabilidade.

Palavras-chave: alternativa alimentar; conhecimento popular; etnobotânica.

ABSTRACT

The aim was to contribute to the knowledge and appreciation of Non-Conventional Food Plants (NCFPs) as alternative food resources for food security. To this end, the aim was to carry out a survey of PANCs in different ecosystems in the municipality of Laguna, Santa Catarina. The work was based on random and exploratory sampling of the flora, with the aim of analyzing the occurrence of these species in environments such as forests and sandbanks. The methodology included free-walking botanical surveys, photographic records and identification using specialized literature. Species were observed that are often neglected by the population, commonly treated as weeds, but which have high nutritional and functional potential. The data collected enabled an educational booklet to be drawn up containing the preparation methods, nutritional benefits and possible ways of using these species. The results contribute to valuing local biodiversity, proposing sustainable alternatives for eating and promoting health, as well as encouraging the conservation of traditional knowledge. The study reinforces the role of plants in food security and in strengthening ecological practices, highlighting their relevance to populations in vulnerable contexts.

Keywords: food alternative; popular knowledge; ethnobotany.

1 INTRODUÇÃO

A flora brasileira é vasta de diversidade botânica e, dentre elas, há uma ampla variedade de espécies, e muitas delas possuem potenciais alimentícios benéficos a saúde, mas há uma subutilização para estes fins. O uso de plantas como recursos alimentares remonta à pré-história e, além da finalidade alimentícia, são utilizadas para fins medicinais, de construção e combustão (Nascimento *et al.*, 2012). Esses vegetais pertencem a diversas famílias botânicas e estão sendo resgatados e depositados em coleções de germoplasma de instituições públicas com o objetivo de preservar a biodiversidade e estudar seus prováveis efeitos farmacológicos (Silva *et al.*, 2018). Ações que visem incentivar o consumo de hortaliças e, particularmente, de variedades locais, são importantes para a diversidade e riqueza da dieta das populações e perpetuação de bons hábitos alimentares (MAPA, 2010).

No passado, algumas hortaliças nativas ou introduzidas eram amplamente consumidas no Brasil, muitas dessas plantas deixaram de ser consumidas, devido à grande oferta das

chamadas hortaliças modernas geneticamente melhoradas, mais atrativas comercialmente (Silva *et al.*, 2018). Pode-se dizer que no passado existiram traços característicos da identidade cultural açoriana diretamente ligados à vegetação nativa, entretanto, atualmente estes parecem ter desaparecido. Neste sentido, é possível salientar que, nem sempre as comunidades conhecem e utilizam diretamente dos recursos naturais que as circundam (Miranda; Hanazaki, 2008), mesmo estando inseridas em ambientes de alta diversidade vegetal, como a Mata Atlântica. E este déficit de estudos das PANCs dificulta seu amplo uso sustentável, apesar de possuir elevado potencial alimentar e valor nutricional.

Diante da escassez de pesquisas sobre o tema na região, este trabalho objetivou pesquisar as PANCs com ocorrência em diferentes fitofisionomias da Mata Atlântica. A partir do levantamento, buscou-se contribuir com a produção de conhecimento e valorização das PANCs, como recursos alimentares alternativos para segurança alimentar. Além disso, buscou-se investigar a diversidade e distribuição dessas plantas em Laguna, Santa Catarina, fornecendo uma base para seu uso consciente, especialmente por comunidades em situação de vulnerabilidade socioeconômica e por pessoas que buscam uma alimentação mais saudável, diversificada, nutritiva e sem carne.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 Área de estudos

O estudo foi conduzido no município de Laguna, Santa Catarina, Brasil (28°28’57” S, 48°46’51” O), inserido no bioma Mata Atlântica, com clima subtropical úmido e forte influência costeira. Foram selecionados três ambientes: Morro da Glória apresentando Floresta Ombrófila Densa; Dunas do Mar Grosso, compostas por vegetação de Restinga adaptada a solos arenosos e salinos; Trilha do Gravatá situada em uma paisagem que mistura Áreas Úmidas, Restinga e vegetação arbórea (Restingão).

2.2 Coleta de dados

As coletas foram realizadas entre março e junho de 2024, utilizando o método de caminhamento livre (MOTA *et al.*, 2014), em trilhas e áreas abertas. Os dados foram documentados a partir de registros fotográficos e anotações de campo. Nenhuma planta foi coletada em Áreas de Preservação Permanente (APP).

2.3 Análise de dados

As identificações foram feitas in loco, com base na obra Kinupp e Lorenzi (2021), garantindo a confiabilidade dos dados botânicos. Além das observações em campo, consultou-se bibliográficas especializada, em base como Google Acadêmico, SciELO Brasil, PubMed e livros técnicos, contribuindo para a caracterização morfológica, classificação da forma de vida e etnobotânica das espécies registradas. Por fim, relacionou-se a pesquisa aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), analisando sua aderência às 17 metas da Agenda 2030 da ONU.

3 RESULTADOS

Foram identificadas 27 espécies de Plantas Alimentícias Não Convencionais, pertencentes a 18 famílias botânicas. A família Asteraceae apresentou a maior representatividade, com cinco espécies, seguida por Cactaceae (três spp.), Lamiaceae e Malvaceae (duas spp. cada, respectivamente). As demais famílias foram representadas por uma única espécie.

Entre as espécies com maior ocorrência destacaram-se *Acmella ciliata, Bidens pilosa* e *Musa x paradisiaca*, registradas em todos os locais amostrados. As espécies *Centella asiatica, Erechtites valerianifolius*, *Malvaviscus arboreus*, *Schinus terebinthifoliud* e *Xanthosoma taioba,* também demonstraram ampla plasticidade de ocorrência.

As formas de vida observadas foram variadas, incluindo herbáceas, trepadeiras, suculentas, arbustos e arbóreas, demonstrando a ampla adaptabilidade ecológica dessas plantas. A Tabela 1 resume as espécies identificadas, suas partes comestíveis e benefícios relatados nas literaturas.

Tabela 1 - Espécies de PANCs registradas em Laguna, Santa Catarina.

Nome científico	Nome popular	Família	Parte utilizável	Benefícios
Acmella ciliata	jambu	Asteraceae	FJ	Estimula a salivação e o apetite.
Anredera cordifolia	bertalha	Basellaceae	F; TU	São ricas em ferro, cálcio e zinco.
Bidens pilosa	picão-preto	Asteraceae	RF	Fonte de proteínas, fibra, magnésio e cobre.

Blutaparon portulacoides	pirrixiu	Amaranthaceae	RF	Fonte de vitaminas e minerais como ferro e cálcio.
Carpobrotus edulis	figo-do-mar	Aizoaceae	FM	Rico em vitamina C e antioxidante.
Centella asiatica	centela	Apiaceae	F	Melhora a circulação sanguínea e melhora a função cerebral.
Cereus hildmannianus	tuna	Cactaceae	FM; HJ	Fonte de fibras, vitaminas, cálcio e ferro.
Clidemia hirta	pixirica	Melastomataceae	FM	Antiescorbútico, rico em vitamina C.
Erechtites valerianifolius	capiçoba	Asteraceae	F; IJ	Rica em vitamina A, proteína, e teor de ferro.
Eupatorium polyanthes spreng	assa-peixe	Asteraceae	F	Possui lactonas sequiterpeno, flavonoides e ácido clorogênico.
Opuntia ficus-indica	figo-da-índia	Cactaceae	F	Fonte de cálcio, magnésio e vitaminas.
Galinsoga parviflora	picão-branco	Asteraceae	RF; FS	Rica em magnésio, ferro e cálcio.
Hedychium coronarium	lírio-do-brejo	Zingiberaceae	R; FL	Rica em amido; possui ação anti-inflamatória.
Kalanchoe pinnata	folha-da-fortuna	Crassulaceae	F	Ação antimicrobiana, antiúlcera e anti-inflamatória.
Malvaviscus arboreus	malvavisco	Malvaceae	FJ; FL	Rico em vitamina C e outros antioxidantes.
Musa x paradisiaca	bananeira	Musaceae	M	Rica em potássio, fibras e vitaminas.
Nopalea cochenillifera	palma forrageira	Cactaceae	FI	Vitaminas, cálcio, magnésio e potássio.
Passiflora alata	maracujá-doce	Passifloraceae	FM	Rico em potássio, ferro e cálcio.
Pavonia sepium	malva-branca	Malvaceae	FJ	Vitaminas, minerais como cálcio, potássio, ferro.
Plectranthus barbatus	boldo-da-terra	Lamiaceae	F	Fibras dietéticas, minerais, compostos bioativos.
Schinus terebinthifolius	pimenta-rosa	Anacardiaceae	FM	Auxilia na digestão; fortalece o sistema imunológico.
Solanum americanum	erva-moura	Solanaceae	RF; FM	Rica em minerais e em antocianinas.
Taraxacum officinale	dente-de-leão	Asteraceae	FJ; BF	Rico em cálcio, potássio e vitamina C.

Commelina erecta	trapoeraba	Commelinaceae	F	Fonte de fibras, vitamina C, cálcio e ferro.
Urera baccifera	urtigão	Urticaceae	F	Vitaminas, cálcio, ferro e potássio.
Xanthosoma taioba	taioba	Araceae	FF	Vitaminas, folato, potássio, cálcio, ferro e magnésio.
Stachys byzantina	peixinho	Lamiaceae	F	Ações antiproliferativa.

Indicação de suas respectivas famílias botânicas, nome científico, nome popular, parte utilizável e os seus benefícios. Siglas das partes utilizáveis: FJ = folhas jovens; F = folhas; RF = ramos foliares; FM = frutos maduros; HJ = hastes jovens; R = rizomas; FL = flores; FF = folhas frescas; BF = brotos florais; TU = tubérculo; IJ = inflorescências jovens; FS = folhas secas; FI = filocádio; M = mangará.

4 DISCUSSÃO

Apesar da abundância das espécies vegetais nos ecossistemas estudados, sua subutilização na alimentação revela uma lacuna crítica entre o saber tradicional, a prática cotidiana e a ciência. Trabalhos como os de Jesus *et al.* (2020) e Carriço, Vieira e Abreu (2023) demonstram que a integração entre conhecimentos ancestrais e científicos pode transformar essas plantas em pilares de sistemas alimentares mais autônomos, sustentáveis e culturalmente enraizados – unindo inovação, segurança nutricional e preservação de saberes.

Os estudos encontrados validam e dão destaque às PANC como alimentos ricos em nutrientes e compostos bioativos e que favorecem a conquista da autonomia e a preservação da biodiversidade e da sustentabilidade alimentar (Corado *et al.* 2020). As diversas iniciativas em torno da temática devem convergir no sentido de fortalecer o grande movimento de revalorização e ressignificação dos alimentos autóctones, desencadeado por essa proposta conceitual. Ações que contribuam para o incremento da produção e do consumo das PANC são de suma importância para a promoção da segurança e da soberania alimentar e nutricional (Durigon *et al.* 2023).

A variedade de formas de vida entre as PANCs identificadas reflete sua ampla adaptabilidade ecológica, tornando-as adaptáveis a diferentes tipos de ambientes e ideais para sistemas de cultivo alternativos, como hortas urbanas. Essa característica reforça o papel das plantas na diversificação dos sistemas alimentares e na promoção da segurança alimentar, especialmente em regiões vulneráveis. A meta 2.1 da ODS 2 (Fome zero e agricultura sustentável) visa acabar com a fome e garantir o acesso de todas as pessoas, em particular

pessoas em situações vulneráveis, incluindo crianças, a alimentos seguros nutritivos e suficientes durante todo o ano.

Por fim, a conservação destas espécies, que são mais resilientes, aumenta a diversidade e riqueza alimentar, vale ressaltar que as Plantas Alimentícias Não Convencionais se constituem em um conceito que transcende a dimensão individual, ou seja, não busca enquadrar o que cada pessoa percebe como algo comum em sua alimentação, incorpora espécies histórica e tradicionalmente utilizadas nos diferentes territórios. A inserção e popularização destas plantas na alimentação, contribuirá para a mudança padrão de consumo, ajudando na conquista da autonomia, na preservação da biodiversidade e da cultura local. O incentivo ao consumo da PANCs articula com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 12 (Consumo e produção responsáveis) que busca garantir que as pessoas tenham informações relevantes e conscientização para o desenvolvimento sustentável e estilos de vida em harmonia com a natureza.

5 CONCLUSÃO

A região de Laguna apresenta expressiva diversidade de PANCs, totalizando 27 espécies pertencentes a 18 famílias botânicas. Essa variedade evidencia não apenas a riqueza da flora local, mas também o potencial nutricional e funcional dessas espécies. As plantas registradas apresentam diferentes formas de vida, o que demonstra sua adaptabilidade a distintos ambientes e condições de cultivo.

REFERÊNCIAS

BRANCO, C.; SILVA, E.; BARBOSA, M. Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no contexto da gastronomia e da Educação Alimentar e Nutricional. **Segurança alimentar e nutricional**, Campinas, v.29, p. 1-15, 2022.

CARRIÇO, I.; ABREU, K. A etnobotânica de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) como mecanismo para a soberania alimentar por meio de circuitos curtos de comercialização. **Revista Brasileira de Agroecologia**, v.17, n. 4, p. 268-286, 2022.

CARRIÇO, I.; VIEIRA, GUSTAVO.; ABREU, K. A importância do patrimônio biocultural: uma abordagem acerca das plantas alimentícias não convencionais da Mata Atlântica. **Revista Brasileira de Agroecologia**, v.18, n.1, p. 331-349, 2023.

CORADO, P.; LIMA, L.; FONTENELLE, L. O consumo de Plantas Alimentícias Não Convencionais para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional e da cultura alimentar brasileira. **Segurança alimentar e nutricional**. Campinas, v.29, p. 1-12.

DURIGON, J. *et al.* Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC): da construção de um conceito à promoção de sistemas de produção mais diversificados e resilientes. **Revista de Agroecologia**, v. 18 n. 1, p. 268-291, fevereiro 2023.

DURIGON, J.; SEIFERT, C. Caminhos para diversificação e soberania alimentar: a contribuição das plantas alimentícias não convencionais (PANC). **Revista Arqueologia Pública**, v.17, p. 1-16, julho 2022.

JESUS, B. *et al.* PANCs- Plantas alimentícias não convencionais, benefícios nutricionais, potencial econômico e resgate da cultura: uma revisão sistemática. **Enciclopédia Biosfera**, Centro Científico Conhecer, Jandaia-GO, v.17 n.33; p. 309-322, setembro 2020.

KINUPP, V.; LORENZI, H. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil:** guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas. 2ªEdição. Nova Odessa: Jardim Botânico Plantarum, 2021.

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA, PECUÁRIA E ABASTECIMENTO. **Manual de Hortaliças Não-Convencionais**. 1ªedição. Brasília: Mapa, 2010.

MIRANDA, T.; HANAZAKI, N. Conhecimento e uso de recursos vegetais de restinga por comunidades das ilhas do Cardoso (SP) e de Santa Catarina (SC), Brasil. **Acta Botânica Brasílica**, 22(1), 203-215, 2008.

MOTA, N.; PAULA, L.; VIANA, P. **Guia Prático de Métodos de campo para Estudos de Flora**. 2ªEdição. Belo Horizonte: Bocaina, 2014.

NASCIMENTO, V. *et al.* Famine Foods of Brazil's Seasonal Dry Forests: Ethnobotanical and Nutritional Aspects. **Economic Botany,** v. 66, n.1, p. 22-34, February 2012.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

SILVA, L. *et al.* Nutritional Evaluation of Non-Conventional Vegetables in Brazil. **Anais da Academia Brasileira de Ciências**, v.90, n.2, p.1775-1787, 2018.

PADILHA, A. *et al.* O papel das Plantas Alimentícias Não Convencionais na garantia da segurança alimentar e nutricional. **Campo-Território: Revista de Geografia Agrária**, Uberlândia, v. 17, n. 48, p. 163-192, dez, 2022.