

## 4. Relevância das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) na minimização da fome no Brasil

*Afonso Celso Candeira Valois*

*Eng. Agr., Mestre, Doutor e Pós-Doutor em Genética, Melhoramento de Plantas e Biotecnologia, Pesquisador Aposentado da Embrapa.*

### Contextualização

A Assembleia Mundial da Saúde (2016) estabeleceu a “Década da Ação pela Nutrição (2016–2025)”, e o tema das plantas PANC é essencial para viabilizá-la no Brasil.

A fome no Brasil pode ser considerada muito grande quando se leva em consideração que aproximadamente 60 milhões de pessoas têm a fome oculta (representada pelo sobrepeso aliado à falta de nutrientes essenciais como: aminoácidos, proteínas, vitaminas e sais minerais, nos alimentos consumidos). Além disso, como 52 milhões de brasileiros ainda vivem abaixo da linha de pobreza, com falta de recursos para a compra dos alimentos e, como também ocorre um alto índice de desperdício com cifras de 15 milhões de toneladas/ano, isto provoca a chamada fome visível (que é a pura falta do alimento em si) (MATTOS, 2014; IBGE, 2016; WORD BANK, 2016; FREITAS, 2017).

### Apresentação

A sigla PANC significa as “Plantas Alimentícias Não Convencionais”, que são de enorme utilidade para a segurança alimentar e dos alimentos da humanidade, principalmente para o benefício dos povos mais carentes.

Trata-se de um grupo de plantas, a maioria de ocorrência espontânea em parques, jardins e quintais do país, muitas vezes chamado de grupo de plantas invasoras, grande parte delas nativas, outras exóticas introduzidas no passado. Essas possuem um valor alimentício enorme, mas por serem desconhecidas pelos leigos, acabam por ser pouco utilizadas. A este grupo de PANC também se agrega outro composto por plantas agrícolas com estruturas descartadas pelos usuários, as quais poderiam também servir de alimento nutritivo, como exemplo claro o da bananeira (*Musa spp.*) cuja estrutura da flor, que é denominada vulgarmente de “coração”, é normalmente descartada, embora seja rica em fibras, potássio, magnésio, vitaminas A, C, E, carboidrato e proteínas (KERR *et al.*, 1997; KINUPP & LORENZI, 2014).

### As PANC no Brasil

As plantas PANC são bastante utilizadas por inúmeras comunidades agrícolas tradicionais do país, mas de pouca difusão no restante da sociedade, em especial para a população metropolitana, devido à limitação quanto à abrangência da pesquisa e desenvolvimento, assistência técnica e extensão rural, conhecimento, técnica, tecnologia e *know how*,

comunicação, informação na mídia falada, escrita e televisada, cartilhas bem didáticas de aplicação e importância do valor nutritivo, com receitas fáceis e saborosas, cujas lacunas fazem com que essas plantas não sejam de amplo uso.

Em condições *in situ* e *ex situ* estes recursos genéticos têm larga aplicação no agronegócio, quando uma determinada planta é retirada das suas condições autóctones e empregada diretamente no sistema produtivo para a obtenção de alimentos. O uso da mandioca (*Manihot esculenta* Crantz) é um bom exemplo, pois o seu centro de origem é o Brasil, e seus folíolos muitas vezes não são utilizados. A mandioca pode ser considerada uma PANC, quando se observa que seus folíolos são pouco utilizados como alimento, na maior parte do país, mesmo com todo seu potencial: Devido à presença de alto teor de ferro ajudam a evitar a anemia, têm alta quantidade de ácido fólico e vitamina C, ricas em proteínas como a lisina que ajuda na luta contra a desnutrição, possuem isoflavonas que evitam o AVC e, ainda, alta quantidade de magnésio que ajuda a baixar o nível de pressão sanguínea e elimina o risco de doenças reumáticas. Além disso, trata-se de um belo exemplo de planta alimentícia nativa retirada da natureza, domesticada e introduzida magistralmente na agrobiodiversidade (por exemplo, após a obtenção da farinha, esta pode ser guardada por muito tempo em condições ótimas de conservação, para a alimentação sadia paulatina sendo, portanto, uma tecnologia autóctone de elevado valor). Atualmente, a mandioca compõe um seletivo conjunto dos 15 principais cultivos alimentares que sustentam cerca de 80% da população mundial, estimada em mais de 7,7 bilhões de pessoas! Dentre os pratos mais conhecidos regionalmente estão a maniçoba e o pato no tucupi no Pará (ALBUQUERQUE, 1969).

Outros exemplos relevantes estão nas frutíferas, pouco utilizadas fora de sua região de ocorrência, que largamente ocorrem naturalmente na Amazônia, Nordeste, Centro Oeste, Sudeste e Sul do Brasil. Há uma grande lacuna quanto à citação mais pormenorizada dessas plantas benéficas e inclusão no agronegócio dos produtores agrícolas que as conservam e utilizam tais recursos fitogenéticos com visão estratégica alimentar, pois esses artífices do bem muitas das vezes ficam na classe dos desconhecidos.

Ilustro aqui que certa vez (02/06/2017) assisti a um interessante seminário por vídeo conferência na sede Embrapa, em Brasília-DF, apresentado pelo Dr. Rafael Sanzio, Professor Associado da UnB, com um sugestivo título: Cartografias Visíveis e Invisíveis. Sabem a quem ele implicitamente se referiu quanto aos invisíveis, de forma didática e direcionada, aqui ampliado pelo autor deste singelo artigo? Às quebradeiras de coco babaçu do Maranhão, Piauí e outros estados, aos quilombolas, que são detentores de vasto conhecimento e experiência no uso dessas plantas, às coletoras de mangaba no Nordeste, aos artesãos do óleo de dendê na Bahia, às agricultoras familiares, que são responsáveis por mais de 40% do germoplasma conservado no mundo (as famosas *land races*), às comunidades florestais que usam as plantas e animais de maneira racional, conservando o meio ambiente de forma sustentável, aos povos indígenas, que se aproveitam dos recursos naturais com maestria, aos ribeirinhos que ficam esquecidos à beira dos rios, mas que conservam e usam as PANC com invejável tirocínio, aos chefes de cozinha e amadores da culinária que criativamente usam as delícias oriundas das plantas como o caso do fruto da pupunheira (*Bactris gasipaes* Kunth - rico em vitamina A,

proteína, ferro, zinco, cobre, manganês, magnésio, cálcio, fósforo e potássio), (Figura 2), além de muitos outros, cujo trabalho e ações são de elevada importância para a alimentação brasileira, mas que ficam invisíveis na cartografia, conforme sabiamente apontou o nobre professor acima referido. Como fazer para incluir esses honrados grupos de pessoas nas vantagens comparativas que o mundo moderno de hoje oferece? O Grupo PANC é uma solução alternativa, acompanhada pela conectividade geográfica, agrobiodiversidade e bioalfabetização, conforme acredito que deva realizar-se para tirar essas pessoas do isolamento e do desconhecido, que também é aplicável no uso dos seus próprios conhecimentos e experiências! (VALOIS, 2017).

### Conclusão

Sobre essa necessária conectividade geográfica publiquei, recentemente, um artigo nesta mesma revista, que intitulei de "a Sexta e a Sétima Ondas do Desenvolvimento Humano", onde a citada conectividade foi considerada a sexta onda! Lembrando que essas plantas são essenciais na questão da minimização da fome, visível e oculta que ocorre no Brasil, em quantidade adequada e qualidade nutricional, em pratos saborosos e acessíveis, aliados aos hábitos saudáveis. Vamos incluir todos os brilhantes executores, colaboradores e usuários das PANC nesses esforços e ações? Para ampliar o conhecimento, há ainda a necessidade da reunião de um grupo de pesquisadores, especialistas, técnicos e sociedade civil interessada para a elaboração técnica e difusão regionalizada e nacional das PANC atualmente em uso no Brasil, além de outras inclusões. Aliás, esse tipo de iniciativa inovadora é fundamental para que essas "plantas maravilhosas" não venham a compor futuramente, uma nefasta lista de espécies com risco de extinção ou já extintas em face da "pesada pegada" a que estão submetidas! A coleta, conservação *in situ* e *ex situ*, caracterização, avaliação, educação ambiental, informatização e informação, intercâmbio de germoplasma, além da pesquisa aplicada e utilização racional das plantas evitam essa desagradável situação! Na questão da fome visível e oculta, trata-se de um tema relevante para ser resolvido sem trégua!

### Referências

- ALBUQUERQUE, M. **A Mandioca na Amazônia**. IPEAN, Belém: SUDAM, 1969. 277 p.
- FREITAS, E. **Fome no Brasil**. In: <https://brasilecola.uol.com.br/brasil/fome-no-brasil.htm>. Obtido em 10/01/2017.
- IBGE. **Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira: 2016** / IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. - Rio de Janeiro: IBGE, 2016. 146 p.
- KERR, L; CLEMENT, R; CLEMENT, C; KERR, W.E. **Cozinhando com pupunha**. Instituto Nacional de Pesquisas da Amazônia-Inpa, Manaus-Amazonas, 1997. 95 p.
- KINUPP, V.F.; LORENZI, H. **Plantas alimentícias não convencionais (Panc) no Brasil**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2014. 768p.
- MATTOS, L. 2014. **Uma em cada quatro pessoas tem a fome oculta**. In: <https://www.otempo.com.br/interessa/uma-em-cada-quatro-pessoas-tem-a-s%C3%ADndrome-da-fome-oculta-1.858606>. Obtido em: 09/07/2017.
- VALOIS, A.C.C. A Sexta e a Sétima Ondas do Desenvolvimento Humano. **Revista RG News**, 3 (1), 2017. p.: 65-69 (Sociedade Brasileira de Recursos Genéticos).
- WORLD BANK. **Childhood Poverty in Latin America and the Caribbean**. Poverty and inequality monitoring: Latin America and the Caribbean. S.n., 2016.