

PLANTAS COMESTÍVEIS NÃO CONVENCIONAIS (PANCS) DO RECONCAVO BAIANO: BENEFÍCIOS NUTRICIONAIS E EMPREGO NA ALIMENTAÇÃO HUMANA

Vinicius de Jesus da Silva Santos¹; Renan Luiz Albuquerque Vieira²; Angélica Fagundes Carneiro³

¹Graduando em Nutrição (FAMAM), vini1285@gmail.com; ²Doutor em Ciência Animal nos Trópicos (UFBA), renan.albuquerque@hotmail.com; ³Mestre em Ciências Agrárias (UFRB), angélica.nfc@hotmail.com

O Brasil possui a maior biodiversidade do planeta, representando cerca de 20% das espécies do mundo onde cerca de 1/3 de toda essa biodiversidade vegetal pode ser utilizada para o consumo humano. No Brasil existem pelo menos três mil espécies conhecidas de Plantas Alimentícias não Convencionais (PANCs), de modo geral, estas apresentam fator nutricional elevado, proporcionando para o indivíduo que as consomem uma excelente forma de alcançar a recomendação diária, inserir essas plantas na alimentação varia sabores e cardápios, possibilitando uma dieta sem restrições e de fácil acesso, pois, são plantas que podem ser facilmente encontradas na natureza porém são consideradas ervas daninhas devido à falta de conhecimento quanto a seu uso. Portanto, objetivou-se realizar levantamento bibliográfico das espécies de PANCs presentes no Recôncavo Baiano e avaliar seus benefícios nutricionais, e como objetivos específicos: Avaliar os benefícios nutricionais das PANCs; analisar o emprego das PANCs na alimentação humana; investigar os benefícios fitoterápicos das PANCs. Para isto, será realizada busca sistemática de artigos publicados nas bases de dados: “Google Acadêmico”, “Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line” (MEDLINE) e “Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde” (LILACS). Para a seleção dos artigos levou-se em consideração critérios de exclusão, tais como, artigos que abordassem o tema PANCS, publicados entre os anos de 2014 a 2020. E como critérios de exclusão artigos com abordagem distinta do objetivo da pesquisa. Utilizando os descritores para busca: Consumo; Plantas; Nutrição; Funcional; Saúde; Benefícios; Sustentabilidade. O resultado dessa pesquisa será de caráter informativo, reforçar conhecimentos sobre o tema abordado com o intuito de demonstrar a riqueza alimentar existente no recôncavo provinda das PANCs, compilando dados nutricionais, fitoterápicos e formas de consumo acerca das PANCs. A popularização destas plantas na alimentação e agricultura contribui para a mudança do padrão de consumo, ajudando na conquista da autonomia, preservação da biodiversidade e cultura local, Estes conhecimentos poderão contribuir para redução da insegurança alimentar e o desperdício de alimento. Neste aspecto, as PANCs representam uma alternativa de melhorar a alimentação com um custo mais acessível.

Palavras-chave: Biodiversidade, Nutrição, Plantas alimentícias.