





# *Projeto de extensão “PANCCult: Cultivando saberes e sabores das Plantas Alimentícias Não Convencionais” como instrumento de ensino-aprendizagem sobre a biodiversidade e seu uso sustentável na alimentação*

*PANCCult Project: Cultivating knowledge and flavors from Non-Conventional Food Plants as a teaching-learning tool about biodiversity and its sustainable use in food*

## **Resumo**

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) correspondem àquelas plantas ou parte delas que possuem potencial para utilização na alimentação humana, sendo que sua inserção na dieta pode propiciar resgate da cultura alimentar, promover a diversificação cultural, proporcionar produção de alimentos de forma mais sustentável e melhorar os hábitos alimentares. O objetivo deste trabalho foi relatar as experiências do projeto de extensão “PANCCult: Cultivando saberes e sabores das Plantas Alimentícias Não Convencionais” como instrumento de ensino-aprendizagem, explorando a biodiversidade e o uso sustentável dessas plantas na alimentação. Trata-se de um relato de experiência das atividades realizadas pelo projeto de extensão de novembro de 2021 a janeiro de 2024. A equipe extensionista desenvolveu atividades de divulgação, via mídia social; organizou, participou e conduziu eventos, nos quais informações relacionadas à composição nutricional e receitas culinárias foram compartilhadas; realizou ações em uma horta urbana comunitária; e produziu material científico sobre as PANC e hortas urbanas comunitárias. Conclui-se que o projeto de extensão PANCCult proporcionou contribuições na disseminação do conhecimento sobre as PANC e oportunizou vivências aos alunos extensionistas, contribuindo na formação profissional, bem como no incentivo à utilização da biodiversidade vegetal de maneira sustentável.

Palavras-chave: Segurança Alimentar e Nutricional; Biodiversidade; Sustentabilidade; Educação em Saúde; Educação Ambiental.

Daniel Sgrancio Uliana  
Rhaiza Marcia Passos Leal  
Sara Jarske Gering  
Érica Aguiar Moraes  
Jackline Freitas Brilhante  
de São José

daniel.uliana@edu.ufes.br  
rhaiza.leal@edu.ufes.br  
sara.jarske1@gmail.com  
erica.a.moraes@ufes.br  
jackline.jose@ufes.br

### *Abstract*

*Non-Conventional Food Plants (NCFP) correspond to those plants or parts thereof that have potential for use in human nutrition, and their inclusion in the diet can promote the revival of food culture, foster cultural diversification, enable more sustainable food production, and enhance dietary habits. The aim of this work was to report the experiences of the extension project “PANCCult: Cultivating knowledge and flavors of Non-Conventional Food Plants” as a tool for teaching and learning, exploring the biodiversity and sustainable use of these plants in nutrition. This is a descriptive study, of the experience report type, in which activities carried out by the extension project from November 2021 to January 2024 were reported. The extension team developed outreach activities through social media, PANC Day, and events, during which information related to nutritional composition and culinary recipes were shared. Additionally, events such as lectures, culinary workshops, mini-courses, and the drafting of scientific materials were conducted, involving themes related to NCFP and the sustainable utilization of biodiversity. We concluded that the PANCCult extension project provided contributions to the dissemination of knowledge about NCFP and provided experiential learning opportunities for extension students, contributing to their professional development.*

*Keywords: Food and Nutrition Security, Biodiversity, Sustainability, Health Education, Environmental Education.*

## INTRODUÇÃO

O Brasil possui uma das maiores biodiversidades do mundo, mas apenas 15 espécies representam cerca de 90% do consumo da população, caracterizando a alimentação como básica, homogênea e monótona, sofrendo influência da globalização (Tuler; Peixoto; Silva, 2019; Valente et al., 2024). Dessa forma, grande parte dos alimentos são negligenciados ou subutilizados (Tuler; Peixoto; Silva, 2019; Polmann et al., 2021), e muitas plantas ainda desconhecidas pela população, a exemplo as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC).

As PANC são plantas ou parte de plantas que possuem potencial para utilização na alimentação humana, tais como raízes, tubérculos, bulbos, rizomas, talos, folhas, brotos, flores, frutos e sementes (Kinupp; Lorenzi, 2014). Ademais podem ser exóticas ou nativas, cultivadas ou espontâneas. Contudo, apesar de suas características de espontaneidade e adaptabilidade, seu cultivo majoritário é na agricultura familiar, o que faz com que o consumo seja restrito (Jesus et al., 2020; Silva et al., 2021). Assim, a exploração limitada da biodiversidade local e o declínio do conhecimento sobre as PANC contribuem para que essas plantas sejam pouco difundidas em algumas regiões do país (Valente et al., 2024).

A inserção das PANC na dieta pode propiciar o resgate da cultura alimentar, promover a diversificação cultural e permitir a produção de alimentos de forma mais sustentável (Valente et al., 2024). As PANC contribuem para a sustentabilidade na produção de alimentos, pois seu cultivo respeita a biodiversidade de espécies e as características de cada local e apresentam uso sustentável. Desta forma, são plantas que se relacionam fortemente à conservação do bioma natural e a uma alimentação mais saudável (Polmann et al., 2021). Assim, é preciso enfatizar as potencialidades das PANC como fonte de nutrientes, com qualidade nutricional, muitas vezes, superior às hortaliças convencionais, como promotoras da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e da Soberania Alimentar. Desta forma, essas plantas possuem potencial na contribuição do resgate da cultura alimentar local com uma produção de alimentos mais saudável e sustentável, e que proporciona fonte de renda para os agricultores (Durigon; Madeira; Ferreira Kinupp, 2023).

Considerando a necessidade de compartilhar com a comunidade conhecimentos sobre as PANC e de possibilitar experiências extramuros aos estudantes universitários, torna-se fundamental a realização de atividades de extensão. A extensão universitária pode ser compreendida como uma estratégia de ensino e aprendizagem que ultrapassa os limites da sala de aula, uma vez que permite a interação sistematizada com a comunidade, com contribuições para o seu desenvolvimento, além de possibilitar conhecimentos e experiências para a avaliação e fortalecimento do ensino e da pesquisa (Farias et al., 2021; Do Monte et al., 2023). Segundo Santana et al. (2021) a extensão universitária é uma importante ferramenta para o desenvolvimento profissional de um estudante, de modo que

forma profissionais mais preparados para a execução de suas competências, assim como para a geração e difusão do conhecimento na população.

Neste contexto, uma ferramenta possível para propiciar a divulgação de conhecimento relacionado às PANC é a utilização de métodos relacionados à aprendizagem baseada em hortas no ambiente acadêmico. Essas ações relacionadas à implantação de hortas, proporcionam discussão de soluções para demandas de justiça alimentar, social e ambiental, culminando na reflexão sobre a relação com o meio ambiente. Por consequência, contribuem para melhorias em práticas de ensino e fortalecem a interação da universidade com a comunidade (Jacob et al., 2020). Além disso, o uso das mídias sociais favorece o acesso à informação e conhecimento e, atualmente, tem sido considerado como uma ferramenta importante nas ações de extensão (Gonçalves dos Santos et al., 2022; Rodrigues et al., 2022).

Dessa forma, o Projeto de Extensão “PANCCult: Cultivando Saberes e Sabores das Plantas Alimentícias Não Convencionais”, da Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes), estimula a produção, o consumo e à divulgação das PANC, por meio do cultivo dessas em uma horta urbana comunitária, oficinas culinárias para a comunidade interna e externa, distribuição de materiais de divulgação sobre o tema e realização de eventos presenciais e online. Assim, o objetivo deste trabalho é relatar as experiências do projeto de extensão como instrumento de ensino-aprendizagem, explorando a biodiversidade e o uso sustentável dessas plantas na alimentação da população.

## **MÉTODO**

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, no desenvolvimento das atividades do projeto de extensão intitulado “PANCCult: Cultivando saberes e sabores das Plantas Alimentícias Não Convencionais”, com principal objetivo de implementar ações de estímulo ao cultivo, consumo e divulgação das PANC, por meio de uma horta urbana comunitária, vinculada ao “Programa de extensão - Florescer saúde: cultivando vidas”.

O presente projeto, com início em 2021, contou com a participação de seis discentes extensionistas, sob coordenação de uma docente do curso de Nutrição da Ufes, além de alunos de outros cursos da área da saúde e servidores. A comunidade externa foi constituída por pacientes da Clínica Escola Interprofissional em Saúde (CEIS), localizada no campus Maruípe, Ufes e população do entorno.

Devido à pandemia, as primeiras atividades do projeto de extensão ocorreram de forma remota. Para tanto, foi criado o perfil do projeto no Instagram (@panccult.ufes) para veiculação de informações sobre as PANC, por meio de pos

tagens, vídeos informativos e receitas previamente testadas pela equipe extensionista, as quais continham as PANC como ingredientes.

Foram avaliadas as métricas alcançadas dos vídeos de receitas com PANC, publicados no formato de reels, no Instagram do projeto até dezembro de 2023. Tal análise foi realizada através do Instagram Insights, com checagem direta no perfil do projeto. O presente estudo avaliou a quantidade de contas alcançadas, demonstrado pelo número de contas que visualizaram determinada publicação; o número de reproduções, que retrata quantas vezes o reels foi visto no feed, podendo contabilizar mais de uma visualização por uma mesma conta; e o número de curtidas (contas que desejaram chamar a atenção com um “like”) em cada reels (Calderoni et al., 2020). Foram analisadas as métricas dos seguintes reels: Peixinho-da-horta frito; Chips de ora-pro-nóbis; Farofa de taioba; Bolinho de almeirão-roxo; Especial de páscoa com peixinho-da-horta; Suco verde de azeitona; Panqueca de bertalha; Caponata de coração de bananeira; Araçazada de araçá-pêra; Panqueca de ora-pro-nóbis; Patê com serralha; Bolo com folhas de ora-pro-nóbis; e Salada com capuchinha.

Com o retorno da universidade ao presencial, em abril de 2022, foram realizadas atividades como Dia PANC, ações na horta comunitária da CEIS, participação na Jornada Integrada de Extensão e Cultura da Ufes e no Seminário Municipal de SAN, ministração de minicurso sobre Agricultura Urbana, oficina culinária na CEIS e publicação de capítulo de livro. A avaliação destas atividades foi realizada por meio da análise de participação feita pelos extensionistas do projeto, número de inscritos e informações obtidas no formulário de avaliação do evento, quando foi o caso.

## **RESULTADOS**

Entre 2021 e 2023, o projeto contou com a participação de cinco discentes de graduação, um discente de pós-graduação, dois docentes (coordenador e subcoordenador) do curso de Nutrição e dois servidores técnico-administrativos. Além disso, recebeu financiamento por meio de bolsa da Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) no edital PIBEX 2021/2022.

### **Divulgação das PANC em rede social**

Entre novembro de 2021 e dezembro de 2023, o projeto publicou 70 postagens no feed e 352 stories no perfil do Instagram (@panccult.Ufes). O conteúdo incluiu tanto materiais próprios quanto divulgações de publicações de outras páginas com temáticas similares. Além disso, foram realizados testes de 13 receitas culinárias que continham PANC como ingredientes. As receitas foram divulgadas na rede social do projeto, em formato de vídeos (reels), os quais são o formato de maior engajamento ao perfil, bem como em eventos realizados (Tabela 1).

Tabela 1 - Receitas publicadas em formato de reels no Instagram do projeto (@panccult. Ufes) e as métricas alcançadas. Vitória, E.S., 2023.

Nota: (-\*): Informação não disponível, pois na ocasião da publicação o perfil do projeto não era configurado no formato “criador de conteúdo”, não apresentando registros salvos no Instagram (insights).  
Fonte: Elaborado pelos autores.

Receitas	Contas alcançadas	Reproduções	Curtidas
Peixinho-da-horta frito	- *	730	33
Chips de ora-pro-nóbis	- *	753	38
Farofa de taioba	- *	462	28
Bolinho de almeirão-roxo	- *	3330	37
Especial de páscoa	- *	2667	70
Suco verde de azedinha	- *	1299	36
Panqueca de bertalha	565	695	19
Caponata de coração de bananeira	1314	1501	63
Araçazada de araçá-pêra	816	947	47
Panqueca de ora-pro-nóbis	2252	2542	104
Patê com serralha	1980	2139	66
Bolo com folhas de ora-pro-nóbis	966	1257	59
Salada com capuchinha	658	769	38

As preparações utilizaram PANC comumente encontradas nas feiras da Grande Vitória, tais como peixinho-da-horta (*Stachys byzantina*), ora-pro-nóbis (*Pe-reskia aculeata*), taioba (*Xanthosoma sagittifolium*), almeirão-roxo (*Lactuca canadensis*), azedinha (*Rumex acetosa* L.), bertalha (*Anredera cordifolia*), coração de bananeira (parte da bananeira, planta do gênero *Musa*, da família *Musaceae*), araçá-pêra (*Psidium acutangulum*), serralha (*Sonchus oleraceus*) e capuchinha (*Tropaeolum majus* L.). As postagens continham texto informativo com os no-

mes populares e científicos dessas PANC, benefícios nutricionais, características e possíveis usos na culinária.

## Organização e participação em eventos

### Dia PANC

O Dia PANC, realizado em 25 e 26 de maio de 2022, na CEIS, do campus de Maruípe da Ufes teve como objetivo a divulgação das PANC, por meio de explanação oral pelos membros do projeto e utilização de materiais de apoio, como vasos com algumas PANC, banner, folhetos sobre composição nutricional e receitas culinárias para os pacientes, alunos, professores e servidores da CEIS. As PANC expostas ao público incluíram peixinho-da-horta, almeirão roxo, taioba, capuchinha, azedinha e ora-pro-nóbis. Esse foi o primeiro evento presencial conduzido pela equipe extensionista do projeto e permitiu que a comunidade interna e externa possuísem acesso à informações sobre PANC. Houve interesse por parte do público presente, sendo que alguns não conheciam as plantas e tiveram oportunidade de aprender mais sobre o tema e sua relação com a saúde e o ambiente. Deve-se ressaltar que foi a primeira ocasião na qual os alunos extensionistas tiveram contato com público externo, aproximadamente 50 visitantes, durante o período de pandemia da Covid-19.

### Palestra “Plantas Alimentícias Não Convencionais: Cuidados e Segurança”

No dia 27 de junho de 2022, houve a realização da primeira palestra online, via plataforma Google Meet, organizada pelo projeto de extensão, intitulada “Plantas Alimentícias Não Convencionais: Cuidados e Segurança”. O evento integrador, extensionista e científico, objetivou fomentar o debate sobre a temática PANC, com intuito de estimular os participantes na busca por conhecimento sobre o tema. O evento gratuito contou com a participação de uma professora convidada de outra instituição federal, com experiência na área. Obteve-se a inscrição de 71 pessoas e efetiva participação de 37 inscritos, sendo alunos da Ufes e de outras instituições de ensino superior. A equipe extensionista trabalhou em todas as etapas da organização do evento e na ocasião pôde aprender sobre organização de eventos online e elaboração de materiais digitais. O formato online possibilitou a participação de pessoas de diferentes regiões do Espírito Santo e do Brasil.

### X Jornada Integrada de Extensão e Cultura

O projeto de extensão foi convidado a montar um stand na “X Jornada Integrada de Extensão e Cultura”, que aconteceu no estacionamento do Teatro Universitário, no campus de Goiabeiras da Ufes, contando com a participação do projeto nos dias 22 e 23 de novembro de 2022. No stand do projeto, foram compartilhadas informações, por meio de explanação oral dos membros do projeto (Figura 1). Ademais, foram utilizados materiais de apoio como vasos com algumas PANC (almeirão roxo, capuchinha, ora-pro-nóbis, peixinho-da-horta e taioba); banners que apresentavam informações sobre o projeto de extensão,



características nutricionais, formas de uso e cultivo dessas PANC; além folders sobre a composição nutricional e receitas culinárias. Além disso, foram apresentadas algumas PANC, sendo dada explicação sobre cada uma delas quanto às características nutricionais e possíveis formas de preparo. Para o evento, a equipe produziu algumas receitas para os participantes presentes, dentre elas suco de azedinha, bolo de ora-pro-nóbis, e empadinha de almeirão roxo e taioba. Na ocasião deste evento passaram pelo Stand aproximadamente 300 pessoas.

Figura 1 - Exposição do stand do projeto na “X Jornada Integrada de Extensão e Cultura da Ufes”, Vitória, E.S., 2023: a - Mesa montada com material de apoio; b - Membro do projeto realizando exposição aos participantes.  
Fonte: Acervo do projeto PANCCult.



Figura 1a



Figura 1b

O evento contou com a participação da comunidade acadêmica, população do entorno, bem como alunos de diversas instituições de ensino fundamental, médio e superior. Pode-se perceber que houve interesse dos visitantes do stand na temática e isso motivou ainda mais os alunos extensionistas na realização de ações do projeto de extensão.

### Seminário de Segurança Alimentar e Nutricional

O projeto foi convidado, pela Secretaria Municipal de Assistência Social, para o evento “Seminário de Segurança Alimentar e Nutricional” organizado pela Prefeitura Municipal de Vitória nos dias 26 e 27 de abril de 2023. No primeiro dia, os extensionistas expuseram, em stand, materiais adquiridos e elaborados, a fim de difundir o conhecimento acerca das PANC (Figura 2). Inicialmente foram apresentados banners e folders, contendo informações sobre as PANC, ações

do projeto e receitas previamente elaboradas. Além disso, alguns exemplares de PANC foram apresentados com uma explicação quanto às características nutricionais e possíveis formas de preparo. Durante o evento, houve degustação de suco de azedinha, bolo de ora-pro-nóbis e patê de serralha foram ofertadas aos participantes. Ao longo dos dois dias de evento, o Stand montado pelo projeto de extensão foi visitado por aproximadamente 150 pessoas.



Figura 2a

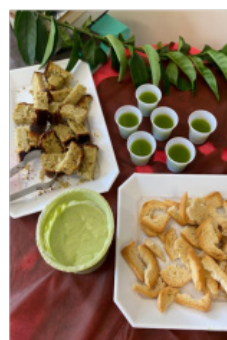


Figura 2b

Figura 2 - Material utilizado para exposição no Seminário de Segurança Alimentar e Nutricional, Vitória, E.S., 2023: a - Mesa montada com materiais educativos sobre as PANC, como livros base, espécies de PANC e preparações culinárias; b - Bolo de ora-pro-nóbis, suco de azedinha com laranja e patê de serralha que foram oferecidos para degustação aos participantes.

Fonte: Acervo do projeto PANCCult.

Em 27 de abril de 2023, no segundo dia do evento, a equipe do projeto ministrou o minicurso intitulado “Agricultura urbana: conhecendo as PANC e seus usos”, com a duração de 4 horas, no mesmo evento realizado pela Prefeitura Municipal de Vitória. O minicurso foi iniciado com a apresentação do projeto e da equipe e resumo das atividades realizadas. Em seguida, foi feita a introdução e discussão sobre agricultura urbana, para então adentrar o conteúdo das PANC. Abordou-se o que são essas plantas, sua importância, características nutricionais, cuidados na identificação, onde encontrá-las, sua contribuição para a SAN e formas de cultivo doméstico. Adicionalmente, foi apresentado a horta urbana comunitária e sua relação com a produção e incentivo ao consumo das PANC. Nesta ocasião a atividade foi realizada na Escola de Governo de Vitória. Para este minicurso houve 30 inscritos e a presença de 19 participantes. Os discentes extensionistas participaram ativamente da organização e condução do stand e do minicurso. Foi uma oportunidade de aprendizado, troca de experiências e compartilhamento de conhecimento, na qual os envolvidos saíram motivados e satisfeitos com a participação.

### Junho Verde: Simpósio de Saúde e Agroecologia em Foco

Outra ação importante executada pela equipe foi a participação no evento organizado pelo “Programa de extensão - Florescer saúde: cultivando vidas”. O evento “Junho Verde: Simpósio de Saúde e Agroecologia em Foco” foi realizado na CEIS, campus Maruípe, nos dias 22 e 23 de junho de 2023. No primeiro dia do evento, a coordenadora do projeto ministrou uma palestra cujo título foi “Contribuições das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) para Segurança Alimentar e Nutricional” que contou com média de público de 30 pessoas. No segundo dia, os extensionistas ministraram a oficina culinária “Como utilizar as

Plantas Alimentícias Não Convencionais em preparações”. A oficina teve duração de 3 horas, com explanação teórica sobre as PANC, seguida da parte prática com a elaboração e degustação das receitas de bolo de ora-pro-nóbis, patê de serralha, suco de azedinha com laranja, panqueca de ora-pro-nóbis e taioba refogada (Figura 3).

Figura 3 - Receitas produzidas pelos participantes da oficina culinária “Como utilizar as Plantas Alimentícias Não Convencionais em preparações”, Vitória, E.S., 2023: a - Suco de azedinha, bolo de ora-pro-nóbis, panqueca de ora-pro-nóbis, patê de serralha e taioba refogada; b - Panqueca de ora-pro-nóbis recheada com taioba refogada e coberta de patê de serralha; c - Bolo de ora-pro-nóbis.

Fonte: Acervo do projeto PANCCult.



Figura 3a



Figura 3b



Figura 3c

A equipe do projeto elaborou uma cartilha, contendo informações sobre as PANC e as receitas utilizadas na oficina, que foi distribuída aos participantes. Para essa atividade foram realizadas 12 inscrições com participação efetiva de 11 inscritos e foi mais uma oportunidade de compartilhar conhecimento com a comunidade.

#### Ações na horta urbana comunitária da ceis

As ações de extensão do PANCCult estão vinculadas ao “Programa de extensão - Florescer saúde: cultivando vidas”, no qual são realizadas ações em uma horta urbana comunitária localizada próxima à CEIS, no campus de Maruípe da Ufes. A horta foi criada em 2021, com objetivo de proporcionar no meio universitário espaços humanizados de caráter coletivo e colaborativo, que se tornem instrumentos pedagógicos teórico-práticos para o desenvolvimento de ações terapêuticas, atividades de promoção da saúde, práticas integrativas e complementares, educação em saúde e educação ambiental, voltados à comunidade interna e externa.

Este espaço foi organizado nos arredores da CEIS, de modo a aproveitar um espaço ocioso que passou a ser utilizado em ações extensionistas. Para proporcionar a manutenção da horta são realizados mutirões mensais de cuidados do espaço, bem como plantio, colheita e rega de plantas convencionais e não convencionais (Figura 4). Nas ações de cuidados da horta participam alunos, servidores técnicos, docentes e comunidade externa (profissionais de saúde, pacientes e outros).

Vale destacar que na equipe do programa de extensão ‘Florescer’ participam sete discentes, um docente, cinco técnicos administrativos, cinco voluntários



externos e a comunidade do entorno. Nos mutirões ocorre a integração da participação destes com a equipe do projeto PANCCult. Ainda, o mutirão permite também a integração com a participação de alunos que realizam estágio curricular da área de nutrição na CEIS.



Figura 3a



Figura 3b



Figura 3c

Figura 4 - Ações na Horta Urbana da CEIS, Vitória, E.S., 2023: a - Canteiro de taioba após limpeza do local; b - Membro da equipe realizando limpeza do local; c - Membros da equipe realizando limpeza dos canteiros em um dia de mutirão. Fonte: Acervo do projeto PANCCult.

Atualmente, as atividades da horta estão organizadas em estações de cuidados, sendo: área da horta alimentícia e medicinal, jardim sensorial e estufa/berçário para produção de mudas. Dessa forma, há possibilidade de inserção dos extensionistas do projeto em diferentes atividades relacionadas à horta. Nessa atividade, a equipe se organiza de modo que ocorra a participação de pelo menos um docente, dois discentes de graduação e um técnico administrativo em educação.

Cabe destacar que, ao final de 2023 foi iniciada uma série de reparos no local para favorecer a acessibilidade à horta, como a construção de canteiros suspensos. Essas mudanças proporcionarão melhorias que facilitarão a realização de ações com as PANC diretamente na horta com a participação de pacientes e comunidade do entorno.



### Publicação científica

No período de desenvolvimento das atividades do projeto foram elaboradas três produções científicas sendo uma no formato de capítulo de livro e dois resumos publicados.

Em 2023 o projeto publicou um capítulo intitulado “Hortas urbanas comunitárias como ambiente de promoção da saúde e qualidade de vida” no volume 1 do livro “Perspectivas interdisciplinares sobre Qualidade de Vida e Saúde”. O capítulo contou com a participação de cinco estudantes extensionistas, sob orientação da docente coordenadora do projeto, e trouxe temáticas como: agricultura urbana, utilização da horta urbana comunitária na promoção da saúde, hortas urbanas comunitárias como espaços para incentivo à SAN e hortas urbanas comunitárias como instrumento de educação ambiental.

Entre 2021 e 2023, foram desenvolvidos dois resumos para o Prêmio Maria Filina de Mérito Extensionista da Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, E.S.

### DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo evidenciam o papel da extensão universitária como uma ferramenta essencial no processo de ensino-aprendizagem. A participação dos alunos no projeto PANCCult proporcionou a aplicação prática dos conhecimentos teóricos adquiridos em sala de aula, reforçando a importância da interação entre universidade e comunidade. O desenvolvimento de atividades extensionistas contribui para a formação de profissionais, especialmente, da área da saúde, pois esses têm a oportunidade de desenvolver competências junto à coletividade, com respeito, ética, qualidade e corresponsabilização social (Santana et al., 2021).

Mesmo diante da pandemia, o projeto de extensão PANCCult foi criado visando proporcionar aos discentes a vivência na extensão, com o compartilhamento de informações sobre as PANC. A pandemia da COVID-19 influenciou diretamente em ações extensionistas, pois foi um momento no qual a interação social tornou-se mais complexa. Assim, projetos de extensão em todo o país precisaram adaptar os modos de interação com a comunidade, sendo as redes sociais uma maneira de manter essa interação de forma virtual (Gonçalves dos Santos et al., 2022).

As redes sociais, como o Instagram, representam uma revolução de universalização da informação científica, com disseminação rápida de conteúdos em diferentes formatos, compartilhando informação para um número incontável de pessoas, acadêmicas ou leigas, sobre determinado assunto (Rezende; Drumond, 2023). Ademais, também servem como plataforma colaborativa para influenciar e fornecer informações relacionadas à saúde, além de proporcionar abordagens eficientes e que atraem muitos participantes, promovendo efeitos benéficos na

mudança de comportamento em saúde (Ghahramani; De Courten; Prokofieva, 2022). Nesse sentido, a publicação de conteúdos sobre as PANC no Instagram, contribuem para a rápida disseminação de informação de cunho científico e cultural, para várias pessoas, como estudantes e pesquisadores da área, bem como pessoas leigas que se interessam pelo assunto. Assim, as postagens favorecem o compartilhamento de informações acerca das PANC, quanto às suas características nutricionais, formas de usos na culinária e de cultivo, para maior público, favorecendo a ampliação de conhecimentos sobre essas plantas, biodiversidade e uso sustentável. Desse modo, possibilita-se o estímulo ao consumo, impulsiona a demanda de mercado e o cultivo dessas plantas.

Os projetos de extensão na área de saúde influenciam positivamente na vivência acadêmica e na formação profissional dos alunos, na interdisciplinaridade, na interação social, na promoção da saúde e na divulgação da universidade (Duarte et al., 2021). A ação de extensão é importante para a comunidade, pois oportuniza momentos de participação ativa, discussão e reflexão em grupo, consequentemente, contribui para a aquisição de conhecimento (Santana et al., 2021). Nesse sentido, torna-se importante disseminar o conhecimento acerca das PANC, bem como promover o seu uso, uma vez que estão fortemente associadas a uma produção mais sustentável. Isso porque, muitas vezes, as PANC estão associadas a uma agricultura que gera menor impacto ambiental, com maior proteção à biodiversidade, além de contribuírem para a recuperação de áreas improdutivas e a reciclagem adequada do solo. Além disso, são de fácil cultivo, muitas vezes, são espontâneas, desenvolvem-se naturalmente e não requerem muitos cuidados. Também contribuem para uma alimentação mais sustentável, visto que corroboram para uma oferta alimentar mais variada ao longo do ano, redução da monotonia alimentar, valorização da cultura alimentar, além de promoção da SAN e Soberania Alimentar, fortalecendo a autonomia de escolha dos indivíduos (Fangueiro; Penha; Lourenço, 2022). Dessa forma, o Projeto PANCCult tem atuado compartilhando conhecimento acerca da importância e das formas de uso das PANC, por meio da rede social e da promoção de eventos.

A organização e participação em eventos de extensão também foram atividades realizadas pelo projeto de PANCCult com objetivo de propiciar experiências de ensino-aprendizagem. Segundo Arruda-Barbosa et al. (2019), as atividades extensionistas envolvem diferentes formatos ou modalidades que podem ser variadas de acordo com finalidade, como por exemplo, eventos. Tais ações podem ser de caráter esporádico, de cunho educativo, técnico, social, científico, esportivo e artístico com propósito de permitir a divulgação, o desenvolvimento e a ampliação dos conhecimentos produzidos pela universidade. Nesta modalidade de extensão, a equipe extensionista esteve envolvida em várias ações que envolveram exposição de PANCs, apresentação de banners, folders etc. De acordo com Duarte et al. (2021), a utilização de recursos didáticos com imagens e apresentações gráficas, como banners, podem contribuir no processo de ensino-aprendi-

zagem por favorecer a discussão e curiosidade relacionada ao tema abordado. A extensão universitária é uma das formas de aproximar e criar vínculo entre a universidade e a população, possibilitando a troca de conhecimento científico com o popular, além de permitir colocar em prática o conhecimento adquirido (Santana et al., 2021; Pinheiro; Silva Narciso, 2022). Dessa forma, a realização e participação em eventos como Dia PANC; Palestra “Plantas Alimentícias Não Convencionais: Cuidados e Segurança”; X Jornada Integrada de Extensão e Cultura; Seminário de Segurança Alimentar e Nutricional; e Junho Verde: Simpósio de Saúde e Agroecologia em Foco contribuem para essa troca de experiências entre a população e a universidade.

A presença de uma horta urbana comunitária dentro de uma instituição de ensino é uma ferramenta de grande valor para realização de atividades de extensão. O projeto de extensão PANCCult usufrui dessa estrutura para proporcionar aprendizagem e para possibilitar trabalhos interdisciplinares. Uma horta em ambiente escolar funciona como um laboratório vivo que torna possível a realização de diferentes ações didático pedagógicas, sobretudo relacionadas à educação ambiental e alimentar. Assim, permite a junção de teoria e prática estimulando ações de coletividade e cooperação entre as pessoas participantes (Santos et al., 2023).

As PANC podem assumir um importante papel no cumprimento da Agenda de 2030 da Organização das Nações Unidas (ONU, 2022), que traz os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Dentre os objetivos, a erradicação da pobreza; fome zero e agricultura sustentável; saúde e bem estar; cidades e comunidades sustentáveis; consumo e produção responsáveis; e ação contra a mudança global do clima podem ser fortemente atrelados à produção e ao consumo das PANC, uma vez que são acessíveis, de fácil acesso, possuem produção mais sustentável e alta qualidade nutricional (Durigon; Madeira; Ferreira Kinupp, 2023; Mariutti et al., 2021). Assim, as ações realizadas na horta comunitária, bem como as ações de divulgação estão diretamente relacionadas ao cumprimento desses objetivos.

Assim sendo, houve importante envolvimento dos alunos extensionistas nas atividades propostas, principalmente nas presenciais e de interação direta com a comunidade. As atividades do projeto oportunizaram aos alunos a ampliação e aplicação de conhecimentos sobre a extensão e as PANC. Além disso, os alunos conseguiram entender a importância da temática no contexto da Nutrição. Ressalta-se que ocorreram momentos de intensa troca de saberes científico e popular entre os extensionistas e a comunidade durante as ações realizadas.

## **CONCLUSÃO**

Os resultados deste estudo demonstram que a extensão universitária desenvolvida no projeto PANCCult contribuiu para a formação de futuros nutricionis-

tas e outros profissionais da área da saúde, permitindo a disseminação do conhecimento acerca das PANC entre a comunidade interna e externa. A inserção das plantas na alimentação mostrou-se uma estratégia promissora para promover hábitos alimentares mais saudáveis e sustentáveis. O incentivo ao consumo das PANC fortalece a biodiversidade vegetal, valoriza a cultura alimentar local e contribui para a Segurança e Soberania Alimentar.

## REFERÊNCIAS

ARRUDA-BARBOSA, L., SALES, M. C., SOUZA, I. L. L., GONDIM-SALES, A. F., SILVA, G. C. N., & LIMA-JÚNIOR, M. M. **Extensão como ferramenta de aproximação da universidade com o ensino médio.** Cadernos de Pesquisa, v.49, n.174, p.316-327, 2019.

CALDERONI, T. L.; LEMOS, Y. R.; BRAGA, I. R.; SILVA, L. L.; RIBEIRO, Y. G.; RODRIGUES, A. C. C.; MONTEIRO, L. S.; SPERANDIO, N.; CAPELLI, J. DE C. S. **O uso do Instagram para divulgação das informações de um projeto de extensão sobre alimentação e nutrição de crianças menores de dois anos: o antes e durante a Covid-19.** Raízes e Rumos, v.8, n.2, p.314-324, 2020.

DO MONTE, W. S.; PORTO, M. V. L. P.; TRINDADE, M. C. S.; DE LIMA, L. R. L.; DE FREITAS MOURA, K. K. C. **Extensão universitária como estratégia do processo de ensino-aprendizagem na psicologia: uma visão a partir do software Iramuteq.** Educere-Revista da Educação da UNIPAR, v. 23, n. 2, p. 865-878, 2023.

DUARTE, C. T. DE S., DORABIATO, M. D., AZEVEDO, M. M. R., DE OLIVEIRA, P. L. DAS N., AZEVEDO, J. T. R., PEREIRA, G. P., FERREIRA, C. C. C., DE LIMA, J. S., JÚNIOR, P. S. T., & BRESSAN, C. R. Atividade de extensão como ferramenta de ensino e aprendizagem na Educação Superior / Extension activity as a teaching and learning tool in college education. **Brazilian Journal of Development**, v.7, n.2, p.19267-19283, 2021.

DURIGON, J.; MADEIRA, N. R.; FERREIRA KINUPP, V. **Plantas Alimentícias Não Conventuais (PANC): da construção de um conceito à promoção de sistemas de produção mais diversificados e resilientes.** Revista Brasileira de Agroecologia, v. 18, n. 1, p. 268-291, 15 fev. 2023.

FANGUEIRO, A. L. S.; PENHA, M. P.; LOURENÇO, M. S. **Plantas alimentícias não convencionais: sustentabilidade em um restaurante universitário.** DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, v. 17, p. e67365, 2022.

FARIAS, G. B. D. L.; RODRIGUES, R. S.; CARDOSO, S. R. P. **A extensão acadêmica como ferramenta para aprendizagem no ensino superior.** HOLOS, v. 2, p. 1-15, 2019.

GHAHRAMANI, A.; DE COURTEN, M.; PROKOFIEVA, M. **“The potential of social media in health promotion beyond creating awareness: an integrative review”.** BMC Public Health, v. 22, n. 1, p. 2402, 21 dez. 2022.

GONÇALVES DOS SANTOS, J.; AQUINO, M. C. B.; AZEVEDO, L. B.; OLIVEIRA, J. S. C.; SÃO JOSÉ, J. F. B. **Internet e mídias sociais como aliadas das ações extensionistas do Projeto Boas Práticas no contexto da Pandemia de Covid-19.** Revista Guará, n. 14, 31 ago. 2022.



JACOB, M. M. **Biodiversidade de plantas alimentícias não convencionais em uma horta comunitária com fins educativos.** DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, v. 15, p. e44037, 30 jan. 2020.

JESUS, B. B. S.; SANTANA, K. S. L.; OLIVEIRA, V. J. S.; CARVALHO, M. J. S.; ALMEIDA, W. A. B. **PANCs-Plantas Alimentícias Não Convencionais, Benefícios Nutricionais, Potencial Econômico E Resgate Da Cultura: Uma Revisão Sistemática.** Enciclopédia Biosfera, V. 17, N. 33, 2020.

KINUPP, V.F.; LORENZI, H. **Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas.** Nova Odessa: Instituto Plantarum de estudos da flora Ltda., 2014.

MARIUTTI, L. R. B.; REBELO, K. S.; BISCONSIN-JUNIOR, A.; MORAIS, J. S.; MAGNANI, M.; MALDONADE, I. R.; MADEIRA, N. R.; TIENGO, A.; MARÓSTICA JR, M.R.; CAZARIN, C. B. B. **The use of alternative food sources to improve health and guarantee access and food intake.** Food Research International, v. 149, p. 110709, nov. 2021.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS – ONU. Objetivos do Desenvolvimento Sustentável, 2022. Disponível em: <<https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>>. Acesso em: 22 abr. 2024.

PINHEIRO, J. V.; SILVA NARCISO, C. **A importância da inserção de atividades de extensão universitária para o desenvolvimento profissional.** Revista Extensão & Sociedade, v. 14, n. 2, 31 dez. 2022.

POLMANN, G., BADIA, V., DANIELSKI, R., FERREIRA, S. R. S., BLOCK, J. M. **Non-conventional nuts: An overview of reported composition and bioactivity and new approaches for its consumption and valorization of co-products.** Future Foods, v. 4, p. 100099, dez. 2021.

REZENDE, L. V. R.; DRUMOND, L. B. B. **Comunicando ciência: o uso das redes sociais públicas pelos periódicos científicos brasileiros da Área “Comunicação e Informação”.** RDBCI Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação, v. 21, p. e023025, 15 dez. 2023.

RODRIGUES, C. H.; BEHNCK, V. P.; ORTEGA, S.C.; GARCÉS, A.LS. **Isolados, mas conectados: o papel das mídias digitais nas atividades remotas do pet-lettras UFSC.** Extensão: Revista Eletrônica de Extensão, v. 19, n. 41, p. 62-77, 2022.

SANTANA, R. R.; SANTANA, C. C. D. A. P.; COSTA NETO, S. B. D.; OLIVEIRA, Ê. C. D. **Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde.** Educação & Realidade, v. 46, n. 2, p. e98702, 2021.

SANTOS, L. S., HAIDAR, A. S. ., PEDROSO, N. A., CAVAGNARI, M. C. D., & ANTIQUEIRA, L. M. O. R. A horta escolar como subsídio para Educação Ambiental no contexto de ensino, pesquisa e extensão. **Revista Brasileira De Educação Ambiental (RevBEA)**, v.18, n.4, p. 189–200, 2023

SILVA, A. M. P.; ARAÚJO, G. V.; MOTA, L. T. R., VALENTE, N. S.; SILVA, R. A. D., MARTINS, M. V. **Plantas alimentícias não convencionais: benefícios agroecológicos, nutricionais e formas de utilização na alimentação.** Ciências Agrárias: o avanço da ciência no Brasil, v. 2, p. 175-192, 2021.

TULER, A. C.; PEIXOTO, A. L.; SILVA, N. C. B. D. **Plantas alimentícias não convencionais (PANC) na comunidade rural de São José da Figueira, Durandé, Minas Gerais, Brasil.** Rodriguésia, v. 70, p. e01142018, 2019.

VALENTE, M. A. S.; OLIVEIRA, D. S.; BATISTA, A. G., DELLA LUCIA, C. M.; CARDOSO, L. M. **Chemical composition, processing, and health-promoting potential of unconventional food plants.** Frontiers in Nutrition, v. 11, p. 1368629, 2024.

### **FONTES DE FINANCIAMENTO**

Bolsa de extensão concedida pela Pró-Reitoria de Extensão da Ufes no ano de 2022.