



DISSEMINAÇÃO DO CONHECIMENTO E USO DA ORA-PRO-NÓBIS (*Pereskia aculeata* Miller) NA ALIMENTAÇÃO HUMANA

Eduarda Cristina Brancher Garlet
Stael Maria Santana Gohlke
Camila Schons
Émeli Natacha Beckenkamp
Ane Luize de Oliveira
Stefany Gruztmann Arcari
Tahis Regina Bau*

DOI: <https://doi.org/10.23901/1679-4605.2025v19n1p57-71>

RESUMO

A ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Miller) é classificada como Planta Alimentícia Não Convencional (PANC) pertencente à família *Cactaceae*. É uma hortaliça de fácil propagação e baixo custo e, por isso, torna-se ótima alternativa para a população, pois apresenta elevado teor proteico e baixo valor de mercado. Diante disso, o presente artigo objetivou apresentar o projeto realizado para disseminar o conhecimento sobre a ora-pro-nóbis, a fim de incentivar a ampliação de seu uso e consumo, nas apresentações *on-line* e impressa, na região do município de São Miguel do Oeste-SC. Para a realização do trabalho, foram produzidas mudas da espécie, além de serem confeccionadas cartilhas informativas e *cards*, os quais contêm *QR Codes* e *links* que direcionam para vídeos com receitas adicionadas das folhas. Ainda, foi promovida a divulgação e distribuição do material produzido e das mudas na Feira Municipal de São Miguel do Oeste e no Instituto Federal de Santa Catarina, Câmpus São Miguel do Oeste. Foram distribuídas 78 mudas, 50 cartilhas e 112 *cards*. Ademais, os vídeos produzidos e publicados na *playlist* da plataforma YouTube no canal do IFSC Região Oeste obtiveram mais de 1,6 mil visualizações (ao todo), e o alcance obtido na feira e na escola foi de 82 e 56 pessoas, respectivamente, totalizando mais de 1,7 mil pessoas impactadas com o trabalho. Sendo assim, o trabalho atingiu seu objetivo, uma vez que a ora-pro-nóbis, as formas de utilização desta PANC na alimentação e seus benefícios despertaram o interesse do público e apresentaram resultados promissores e satisfatórios.

Palavras-chave: Planta Alimentícia Não-Convencional. Cartilha. Mudas.

DISSEMINATION OF KNOWLEDGE ABOUT ORA-PRO-NOBIS (*Pereskia aculeata* Miller) AND ITS USE IN HUMAN FOOD

ABSTRACT

*Docente na área de Ciência e Tecnologia em Alimentos no Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Santa Catarina - Câmpus São Miguel do Oeste, Santa Catarina, BR. Contato: tahis.bau@ifsc.edu.br

Ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata* Miller), a member of the Cactaceae family, is classified as Unconventional Food Plant (UFP). The ease of cultivation of this plant makes it excellent choice for the population, due to its high protein content and low cost. The aim of the present work is to provide information about a project implemented to encourage the expansion of ora-pro-nobis use and consumption, using the internet and printed media, in the São Miguel do Oeste region of Santa Catarina state. The project involved the production of plant seedlings, together with informative booklets and cards containing QR codes and links to videos showing recipes using the leaves of the plant. The seedlings and information material were distributed at the São Miguel do Oeste municipal market and at the Federal Institute of Santa Catarina (IFSC) Campus in São Miguel do Oeste. The materials disseminated included 78 seedlings, 50 booklets, and 112 cards. Videos were produced and made available in the playlist of the IFSC (West Region) YouTube channel, achieving 1600 viewings, while 82 and 56 people were reached at the fair and IFSC, respectively, totaling more than 1700 people impacted by the work. It could be concluded that the project showed promising and satisfactory results, successfully awakening the interest of the public in ora-pro-nobis, its benefits, and the ways in which it can be used.

Keywords: Unconventional Food Plants. Booklet. Seedlings.

DIFUSIÓN DEL CONOCIMIENTO Y USO DE LA ORA PRONOBIS (*Pereskia aculeata* Miller) EN LA ALIMENTACIÓN HUMANA

RESUMEN

La Ora pronobis (*Pereskia aculeata* Miller) está clasificada como Planta Alimenticia No Convencional (PANC) perteneciente a la familia de las Cactaceae. Es una hortaliza de fácil propagación y bajo costo y, por ello, se convierte en excelente alternativa para la población, ya que presenta alto contenido proteico y bajo valor de mercado. Por lo tanto, este artículo tiene como objetivo presentar el proyecto realizado para difundir el conocimiento sobre la ora pronobis, fomentando la expansión de su uso y consumo, en presentaciones en línea y de forma impresa, en la región del municipio de São Miguel do Oeste-SC. Para realizar este trabajo, se produjeron plántones de la especie, así como folletos informativos y tarjetas que contenían códigos QR y enlaces a vídeos con recetas elaboradas con las hojas. El material producido y los plántones se distribuyeron en la Feria Municipal de São Miguel do Oeste y en el Instituto Federal de Santa Catarina, Campus São Miguel do Oeste. Se distribuyeron 78 plántones, 50 folletos y 112 tarjetas. Además, los videos producidos y publicados en la lista de reproducción de la plataforma *YouTube* en el canal de la IFSC Región Oeste tuvieron más de 1,6 mil visitas (en total), y el alcance obtenido en la feria y en la escuela fue de 82 y 56 personas, respectivamente, totalizando más de 1,7 mil personas impactadas por el trabajo. Así, el trabajo alcanzó la meta, ya que la ora pronobis, las formas de utilización de esta PANC en la alimentación y sus beneficios despertaron el interés del público y presentaron resultados prometedores y satisfactorios.

Palabras clave: Planta Alimenticia No Convencional. Cartilla. Plántones.

INTRODUÇÃO

Alimentos com características inovadoras ou adicionados de novos ingredientes têm sido desenvolvidos para atender as tendências dos consumidores (Milião et al., 2022). Diversas espécies vegetais não convencionais estão sendo apontadas como promissoras na diversificação alimentar, uma vez que podem contribuir com o fornecimento de nutrientes para a dieta e são de fácil cultivo.

O termo PANCs é uma abreviação para Plantas Alimentícias Não-Convencionais e é utilizado para denominar as diversas espécies vegetais comestíveis, mas que não são consumidas em larga escala, embora sejam fáceis de cultivar e apresentem futuro promissor no campo científico. Estima-se que existam cerca de 3 mil espécies de PANCs no Brasil (Kelen et al., 2015) que poderiam ser incorporadas como fonte de nutrição humana. Entretanto, a alimentação da população brasileira baseia-se prioritariamente no consumo de algumas espécies vegetais, destacando-se o arroz, feijão, milho, soja e trigo (Conab, 2023). Embora haja uma rica biodiversidade disponível no Brasil, observa-se que há uma valorização de poucos vegetais, em detrimento de espécies nativas que são utilizadas na alimentação humana de modo ocasional (Kinupp; Barros, 2007; Tuler; Peixoto; Silva, 2019). Esses fatores têm ocasionado a perda do conhecimento associado a estas espécies. As PANCs apresentam variabilidade genética que proporciona rusticidade, germinando em locais como hortas domésticas ou locais de plantio de monoculturas comerciais, sendo muitas vezes consideradas invasoras ou ervas daninhas (Fonseca et al., 2017; Biondo et al., 2018).

As projeções de crescimento populacional sugerem que o mundo atinja a marca de 10 bilhões de pessoas em 2050. Este dado tem levado a intensas buscas por aumento de produtividade e fontes alternativas de alimentação, alinhadas a um consumo mais consciente, sustentável e saudável (Milião et al., 2022; Sá; Moreno; Carciofi, 2020).

Considerando o potencial de uso das PANCs como suprimento para a cadeia alimentar, a população pode cultivá-la em áreas de pouca fertilidade ou até mesmo improdutivas, diversificando e melhorando a qualidade de sua alimentação e contribuindo para a geração de renda (Milião et al., 2022; Terra; Ferreira, 2020). Dentre as PANCs conhecidas e consumidas pelos brasileiros, pode-se citar algumas como o hibisco (*Hibiscus sabdariffa*), beldroega (*Portulaca oleracea*), bertalha (*Basella alba*), peixinho (*Stachys byzantina*), dente de leão (*Taraxacum officinale*), capuchinha (*Tropaeolum majus*), jambu (*Acmella oleracea*), maracujá vermelho (*Passiflora rubra*), taioba (*Xanthosoma taioba*), ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*) e outras.

A ora-pro-nóbis é uma hortaliza pertencente à família Cactaceae, sendo uma trepadeira que possui ramos longos e lenhosos com folhas que apresentam mucilagem. Esta PANC possui característica de fácil propagação e rusticidade a longos períodos secos, visto que se adapta facilmente aos diferentes tipos de solos, desde que bem drenados (Madeira et al., 2013). A produção das mudas de ora-pro-nóbis deve ser realizada por meio de estacas caulinares, as quais se desenvolvem melhor em solo com substrato, realizando-se irrigações cerca de duas vezes na semana, podendo ser feito o transplante após apresentarem brotação e enraizamento completos (Coradin, 2018).

Por apresentar elevado teor de proteínas, minerais e algumas vitaminas, as folhas de ora-pro-nóbis são consideradas uma boa opção para a utilização na rotina alimentar da população (Almeida et al., 2014). A ora-pro-nóbis destaca-se por apresentar como principal

mineral o ferro, com cerca de 20,56 mg 100 g⁻¹ (Almeida *et al.*, 2014). Seu macronutriente presente em maior quantidade nas folhas é a proteína que, em base seca, apresenta cerca de 28,89 g.100 g⁻¹. Cerca de 60% das proteínas presentes na ora-pro-nóbis são compostos por aminoácidos essenciais (principalmente leucina, triptofano, tirosina, lisina e fenilalanina). No entanto, essa PANC apresenta baixos índices de metionina (Agostini-Costa, 2020; Milião *et al.*, 2022). Ainda, de acordo com Almeida *et al.* (2014), destaca-se também que a ora-pro-nóbis apresenta um teor significativo de fibras insolúveis, com cerca de 19,17 g 100 g⁻¹, e cerca de 43,21 mg de vitamina C 100 g⁻¹ em matéria seca.

A *Pereskia aculeata* Miller tem sido usada medicinalmente como emoliente, devido ao alto conteúdo mucilaginoso, na cicatrização de feridas, como agente anti-inflamatório, antitumoral e analgésico (Pinto *et al.*, 2012; Pinto *et al.*, 2015). No senso comum, sabe-se que a planta possui popularidade entre os brasileiros, sendo utilizada de forma caseira contra anemia ferropriva, câncer, osteoporose e constipação intestinal (Almeida; Correa, 2012).

Embora as PANCs possam representar um complemento na alimentação diária das pessoas (Kelen, 2015; Terra; Ferreira, 2020), além de apresentar outros benefícios à saúde, a falta de conhecimento sobre suas propriedades e forma de uso, associada ao estilo de vida moderno, resultaram em uma diminuição no consumo desses vegetais, que já figuraram de forma mais presente no cotidiano alimentar da população (Biondo *et al.*, 2018). Considerando que uma parcela da população vem modificando seus hábitos alimentares, alinhando-os à procura por alimentos produzidos em sistemas sustentáveis de produção (Castro, 2015), torna-se relevante resgatar o conhecimento tradicional, buscar novas informações e incentivar o consumo de PANCs. Assim, progressivamente estão sendo realizadas iniciativas no intuito de encontrar maneiras eficazes de introduzir a ora-pro-nóbis na alimentação humana, promovendo mais saúde por seus benefícios. Nesse contexto, o objetivo deste trabalho foi disseminar o conhecimento referente à ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Miller), incentivando a ampliação de seu uso e consumo na região do município de São Miguel do Oeste - SC.

MATERIAL E MÉTODOS

O projeto foi desenvolvido no município de São Miguel do Oeste – SC, no período de março de 2021 a fevereiro de 2022. As atividades envolveram a produção de mudas de ora-pro-nóbis, elaboração de formulações de alimentos com ora-pro-nóbis, gravação de vídeos, desenvolvimento de cartilha e distribuição do material produzido para a população que frequenta a Feira Livre Municipal de São Miguel do Oeste – SC.

Produção de mudas de ora-pro-nóbis

Foram produzidas 83 mudas de ora-pro-nóbis (Figura 1) no Instituto Federal de Santa Catarina, a partir de estacas caulinares retiradas de plantas adultas, provenientes do interior do município de Paraíso – SC. As estacas foram cortadas no formato bisel com 8 centímetros de comprimento, e com a presença de uma a duas folhas para auxiliar na fotossíntese e enraizamento. Utilizou-se substrato comercial, no qual a planta foi enterrada até a metade de sua extensão. Ainda, nas primeiras semanas de brotamento, a irrigação foi feita uma vez por dia com o auxílio de um regador. A cada irrigação foram adicionados

cerca de 8 ml de água em cada muda, que foram expostas a luz solar por aproximadamente 2 h por dia.

Figura 1. Produção de mudas de ora-pro-nóbis (a) e desenvolvimento das mudas após 30 dias (b)



Fonte: Autores, 2023.

Elaboração de produtos de extensão

Visando incentivar o consumo de folhas de ora-pro-nóbis, foram produzidos e postados quatro vídeos na plataforma Youtube: “Sanitização e Secagem das folhas de ora-pro-nóbis”, com a demonstração da técnica de manejo das folhas, bem como três formulações culinárias utilizando a ora-pro-nóbis, sendo: “Molho pesto com batatas”, “Macarrão de ora-pro-nóbis” e “Pão de ora-pro-nóbis”. Os vídeos foram gravados no laboratório de Vegetais e Panificação do IFSC - Câmpus São Miguel do Oeste, editados no software de edição iMovie e publicados na plataforma Youtube. Para tanto, a gravação foi efetuada com o celular na posição horizontal com o auxílio de um tripé, mostrando o preparo das receitas e o manuseio dos utensílios e ingredientes necessários. Os vídeos possuíam duração de cerca de 1 minuto e eram acessados pelos QR Codes e links inseridos na cartilha. A coleta do número de reações positivas e visualizações ocorreu no intervalo de 1 mês e 12 meses após a publicação.

Paralelamente ao cultivo das mudas, e gravação dos vídeos, foi elaborada uma cartilha com linguagem de fácil compressão, ilustrações e textos curtos, com o intuito de conscientizar o público sobre a ora-pro-nóbis, suas características gerais, modo de cultivo, composição química, benefícios e formas de uso na alimentação (receitas). A cartilha foi

elaborada utilizando o *website* Canva®, a partir de informações selecionadas por meio de pesquisas bibliográficas utilizando as bases de dados *Scielo*, *Science Direct*, e portais da EMBRAPA e EPAGRI.

Divulgação e público-alvo

A cartilha foi divulgada de forma impressa, na Feira Livre Municipal, e *on-line*, por meio das redes sociais (*Instagram®* e *Facebook*) do Instituto Federal de Santa Catarina – Câmpus São Miguel do Oeste. Ao mesmo tempo, as mudas foram distribuídas para o público interessado da Feira Municipal de São Miguel do Oeste - SC e no IFSC - Câmpus SMO. Optou-se ainda por elaborar um *card* com um *QR Code* de acesso à cartilha para distribuição na feira. Já a divulgação virtual, realizada com o intuito de alcançar um público mais amplo, foi feita em forma de postagem na plataforma *Instagram®*, utilizando-se o perfil oficial do curso da área de alimentos, do Instituto Federal de Santa Catarina. Além da cartilha, na divulgação virtual também constavam imagens da produção das mudas e demais informações.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante da realização do projeto, foi possível observar um bom aproveitamento na produção de mudas. Ainda, houve ampla divulgação para acesso à cartilha e aos vídeos produzidos, o que culminou na aceitabilidade da proposta pela população, que usufruiu das plantas distribuídas e da cartilha produzida.

As mudas de ora-pro-nóbis produzidas (Figura 2) foram suficientes para atender à demanda da feira livre, tendo havido, no entanto, a perda de 5 mudas (10,8%), sendo estas classificadas como inaptas para o transplante em decorrência da presença de uma espécie não identificada de larva que prejudicou o desenvolvimento do caule. O percentual de perda obtido nesse estudo foi inferior ao encontrado por Queiroz et al. (2015), que obtiveram 21% de estacas inadequadas para o cultivo, e maior em relação à produção de Ribeiro et al. (2014), com 9% de perdas. O aparecimento dos primeiros brotos aconteceu aproximadamente 6 dias após o plantio das estacas. As estacas apresentaram desenvolvimento adequado e permaneceram nas condições iniciais de cultivo por aproximadamente 50 dias, até o momento de distribuição para a população.

Figura 2. Mudas de ora-pro-nóbis distribuídas para a comunidade

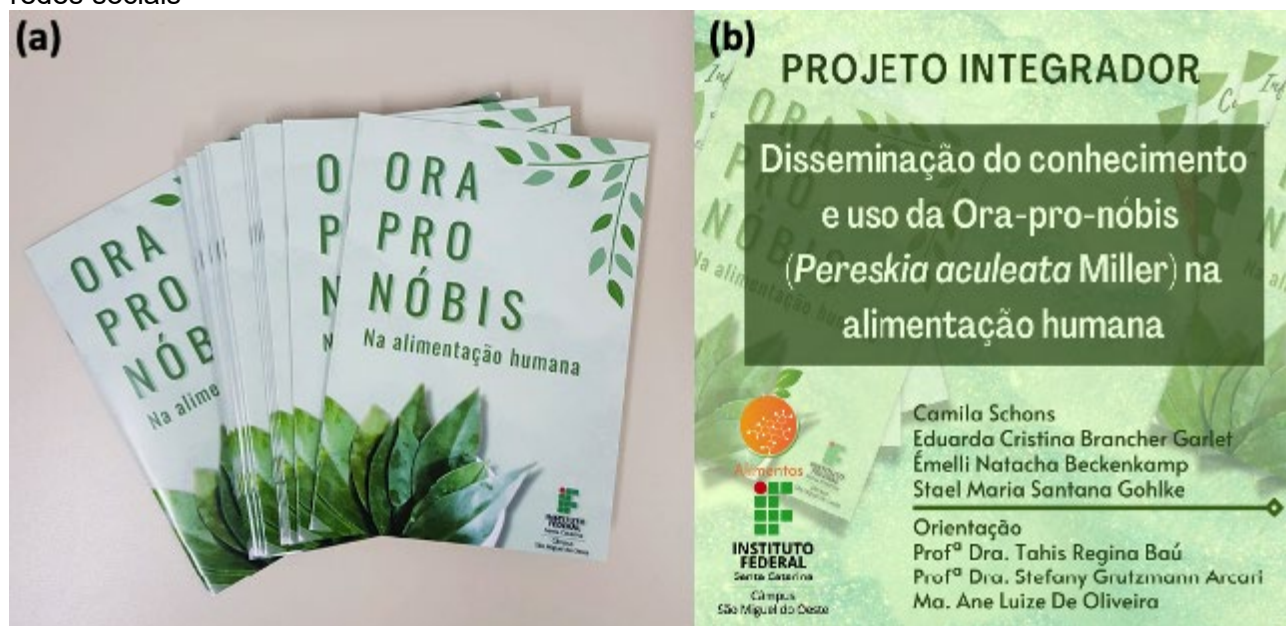


Fonte: Autores, 2023.

A cartilha foi distribuída no formato impresso e também, por meio de redes sociais, na forma digital (Figura 3). Na postagem na plataforma *Instagram®* observou-se que o número de reações de assentimento, comentários e compartilhamentos (Tabela 1) permaneceu praticamente estável após um ano da publicação, indicando que, nessa rede social, a divulgação é mais efetiva a curto prazo após a postagem.

A publicação recebeu comentários positivos pelos seguidores, o que demonstra que proporcionou reflexões sobre a possibilidade de ampliação do consumo de ora-pro-nóbis. De acordo com *Moraes et al. (2021)*, nas métricas fornecidas pela plataforma do *Instagram®*, o alcance retrata a estimativa de contas únicas que visualizaram a publicação e o número de compartilhamentos e salvos se referem ao número de vezes que a informação foi analisada.

Figura 3. Cartilha impressa (a) e postagem para divulgação da cartilha digital (b) publicada em redes sociais



Fonte: Autores, 2023.

Tabela 1. Métricas da publicação da cartilha sobre ora-pro-nóbis, realizada no perfil @alimentosifscsmo no formato de imagens em carrossel

Métricas	30 dias após a publicação	12 meses após a publicação
Reações de assentimento	126	129
Comentários	18	18
Compartilhamentos	58	59
Salvos	6	6
Alcance	834	945

Fonte: Autores, 2022.

A distribuição das mudas, cartilhas e *cards* (acesso virtual da cartilha) na Feira Municipal de São Miguel do Oeste - SC foi realizada em dezembro de 2021 (Figura 4).

Durante a interação com a comunidade, questionaram-se os participantes acerca do conhecimento prévio da planta, fazendo-se sua apresentação aos que não a conheciam e o intercâmbio de conhecimentos dialogado entre os discentes e consumidores da feira a fim de se ampliar o aprendizado acerca do domínio no senso comum sobre sua utilização e seus benefícios. Observou-se que havia pessoas que conheciam e utilizavam a ora-pro-nóbis na alimentação e outras que a desconheciam totalmente. A não utilização destes produtos na alimentação geralmente está relacionada à falta de conhecimento sobre a possibilidade de seu emprego na alimentação, forma de cultivo e preparo dos alimentos (Kohler; Brack, 2016). O público que frequenta a feira livre municipal é composto prioritariamente pela população que reside na área urbana, e, nesse espaço, há um canal de comunicação direta entre o produtor rural e o consumidor. As comunidades rurais estão mais familiarizadas com as PANCs, que suprem necessidades alimentícias e terapêuticas,

na forma de chás, xaropes e outras formas de preparo da erva (Spanholi; Barreto, 2018). Apesar disso, geralmente as PANCs não são comercializadas em feiras, uma vez que não há procura pelos consumidores (Fangueiro; Penha; Lourenço, 2022). Essas informações revelam que ações visando explorar o potencial do uso de PANCs na alimentação podem levar a uma mudança nesse cenário.

Figura 4. Distribuição de cartilhas, cards e mudas de ora-pro-nóbis na Feira livre municipal



Fonte: Autores, 2023.

Semelhantermente, alguns trabalhos desenvolvidos na literatura demonstram que há espaço para aumentar o consumo de PANCs no país. Fangueiro, Penha e Lourenço (2022) analisaram a produção e o consumo de PANCs como uma alternativa sustentável de cardápio em um restaurante universitário (RU) no Estado do Rio de Janeiro, e verificaram que sua inclusão como ingredientes nas refeições do RU é viável. Queiroz *et al.* (2015) formularam alimentos contendo ora-pro-nóbis, divulgaram a planta e seus benefícios por meio de entrega de mudas, promoveram a degustação de receitas e distribuíram cartilha com informações de caracterização, cultivo e receitas durante a Semana da Família Rural

do Instituto Federal do Triângulo Mineiro. Apesar das ações realizadas, da possibilidade de diversificação da dieta e aporte nutricional, do potencial para a colheita e da produção sustentável (Barbosa et al., 2021), mais iniciativas são necessárias para ampliar o consumo de PANCs e levar tais conhecimentos à população. De acordo com Casemiro et al. (2020), ainda existem poucas iniciativas tendo em vista a divulgação de PANCs no Brasil, pois a transposição do conhecimento científico é um caminho para a difusão de saberes e o incentivo do consumo de PANCs. Portanto, são necessários mais investimentos em estudos sobre métodos que introduzam a *P. aculeata* na alimentação e disseminem seus benefícios à saúde humana a fim de promover sua aceitabilidade e seu consumo pela população, valorizando-se, assim, a biodiversidade brasileira.

Parte da comunidade participante relatou que conhecia a ora-pro-nóbis e que a cultivavam em casa. Ainda, algumas pessoas relataram que conheciam parcialmente seus benefícios e costumavam consumi-la *in natura*, em pães, saladas e suco verde. Esses participantes optaram por levar apenas a cartilha informativa ou o *card* com o *QR code* e *link* de acesso para conhecer ainda mais formas de utilizá-la em receitas e outras características benéficas à saúde. Ademais, alguns cidadãos, observando as mudas expostas na feira, relataram que tinham a ora-pro-nóbis em suas casas como planta ornamental, porém não sabiam sobre seus benefícios e suas formas de utilização na dieta humana, e, por isso, a cartilha seria muito relevante para poderem iniciar o uso das suas folhas em receitas culinárias. De acordo com Peixoto et al. (2019), o conhecimento sobre as características nutricionais e formas de utilização das PANCs pode contribuir para hábitos mais saudáveis na alimentação da população, com diversificação e inclusão de produtos facilmente disponíveis.

Durante a interação com a comunidade, os participantes também relataram dificuldades em relação ao espaço ocupado pela planta, dada a alta velocidade de seu crescimento e sua disseminação pelo espaço, além de que sua textura, seu odor e seu sabor nem sempre agradarem a todos. Considerando as características de cultivo da ora-pro-nóbis, que em pequenos espaços demanda podas periódicas, uma alternativa para o seu cultivo e comercialização ocorre por meio da agricultura familiar. Essa ação pode levar a geração de uma nova renda aos pequenos produtores, além de perpetuar seu uso na alimentação praticada na região em que é comercializada (Fangueiro; Penha; Lourenço, 2022).

Em comparação a Queiroz et al. (2015), que distribuíram 76,1% das mudas produzidas durante a Semana da Família Rural do Instituto Federal do Triângulo Mineiro, o presente projeto obteve um aproveitamento de 100% na distribuição das mudas produzidas, visto que foi distribuído 74,36% na Feira Municipal de São Miguel do Oeste, e o restante, 25,64%, no IFSC - Câmpus São Miguel do Oeste. A boa receptividade e aceitabilidade dos materiais distribuídos indicam uma tendência da população que busca praticar uma alimentação mais saudável. Nesse contexto, a feira livre contribui para a alimentação saudável da população, que busca nesses espaços alimentos de melhor qualidade. Para Zanetti et al. (2020), a preferência por uma alimentação mais saudável geralmente está associada a uma produção de alimentos mais consciente e sustentável, capaz de promover a segurança alimentar e nutricional em seu sentido mais amplo.

Postou-se no canal da plataforma YouTube do IFSC Região Oeste a *playlist* (Figura 5) com os vídeos sobre “Sanitização e Secagem das folhas de ora-pro-nóbis” (Sanitização..., 2021) que demonstra tecnicamente o manejo das folhas, bem como oferece

três exemplos de formulações culinárias que utilizam a ora-pro-nóbis com os seguintes títulos: “Molho pesto com batatas” (Molho..., 2022a), “Macarrão de ora-pro-nóbis” (Macarrão..., 2022b) e “Pão de ora-pro-nóbis” (Pão..., 2022c). Os vídeos postados tiveram número de visualizações crescente ao longo do intervalo de tempo avaliado (1 mês e 12 meses) (Tabela 2), sendo esses “Sanitização e secagem das folhas de ora-pro-nóbis” (90 e 1400 visualizações, respectivamente), “Molho pesto de ora-pro-nóbis com batatas” (69 e 187 visualizações), “Macarrão de ora-pro-nóbis” (65 e 350 visualizações) e “Pão de ora-pro-nóbis” (66 e 177 visualizações).

Figura 5. Painel da playlist com os vídeos na plataforma Youtube

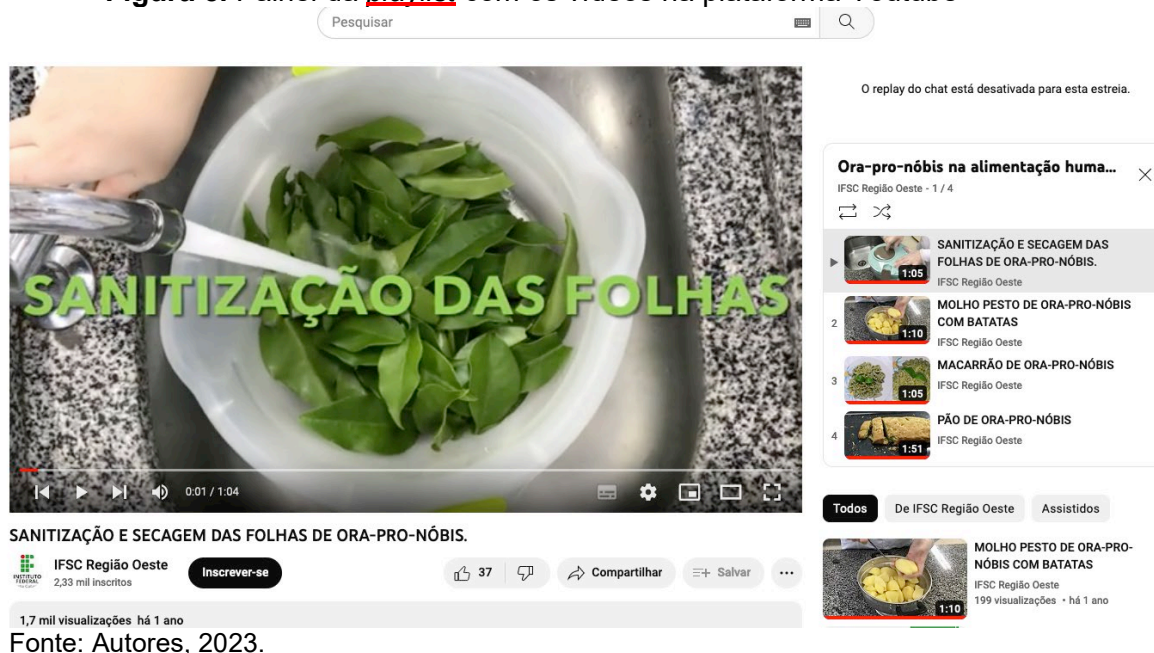


Tabela 2. Métricas dos vídeos publicados no canal da plataforma Youtube do IFSC Região Oeste

Vídeo	30 dias após a publicação		12 meses após a publicação	
	Assentimento	Visualizações	Assentimento	Visualizações
Sanitização e secagem das folhas de ora-pro-nóbis	24	90	34	1400
Molho pesto de ora-pro-nóbis	26	69	27	187
Macarrão de ora-pro-nóbis	23	65	27	350
Pão de ora-pro-nóbis	22	66	24	177

Fonte: Autores (2022).

Estes dados revelam que os produtos de extensão desenvolvidos neste estudo continuam sendo utilizados pela população como fonte de informação para uso da ora-pro-nóbis na alimentação. A substituição de ingredientes usuais ou a adição de ora-pro-nóbis como um novo ingrediente nas formulações alimentícias pode ocasionar mudança nas

características dos alimentos (Milião et al., 2022). Jesus e Reges (2019) desenvolveram e avaliaram sensorialmente dez produtos à base de ora-pro-nóbis (arroz, macarrão, frango, pão, polenta, bolo de chocolate, brigadeiro, bolo tradicional, pudim e sorvete), sendo que o pão não atingiu o índice de aceitabilidade sensorial esperado. Queiroz et al. (2015) adicionaram as folhas da planta em elaborações cotidianas com o intuito de incentivar e ampliar o consumo na região em que se localiza o Instituto Federal do Triângulo Mineiro - Câmpus Uberlândia, além de avaliar a aceitação sensorial desses alimentos. A adição da ora-pro-nóbis mostrou-se uma boa alternativa para a alimentação humana, pelos produtos elaborados terem sido bem aceitos em degustação pela população, como, por exemplo, deu-se com biscoito de queijo, bolos (limão e chocolate), bombom, doces (banana e abóbora), hambúrgueres (suíno e de frango), pão e torta de legumes (Queiroz et al., 2015). Considerando que um alimento, além de nutrir, deve proporcionar satisfação ao ser consumido (Jesus; Reges, 2019), é importante incorporar as PANCs em alimentos sem que isto interfira negativamente nas suas propriedades físicas, químicas e sensoriais. A disseminação de informações sobre o uso de PANCs na alimentação, incluindo formas de manuseio e utilização em receitas é de grande relevância e desafia os participantes, que se sentem encorajados a experimentar esses ingredientes na dieta (Furtado da Silva et al., 2018).

A realização desse projeto possibilitou às estudantes do Curso Técnico em Alimentos realizar pesquisa em bases de dados científicas, reformulando o conhecimento científico para uma linguagem mais popular e acessível. Além disso, evocou nas estudantes a criatividade e senso crítico para substituir ingredientes, modificar receitas e incluir ingredientes, como as folhas de ora-pro-nóbis no desenvolvimento de produtos como molho pesto, pão e macarrão. Durante o desenvolvimento desse projeto de extensão, estudantes atuaram como protagonistas e puderam interagir com a população local, por meio do diálogo, disseminação de conhecimento e troca de experiências durante o momento de distribuição das mudas de ora-pro-nóbis e cartilhas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ora-pro-nóbis é uma PANC com potencial promissor na alimentação humana, devido à sua facilidade de cultivo e utilização em receitas. Apesar dessas características, o desconhecimento de informações sobre sua produção, processamento e consumo limita a incorporação dessa planta na alimentação. Assim, a promoção de projetos como este é salutar para que o conhecimento sobre a ora-pro-nóbis seja efetivo e sua utilização seja inserida no cotidiano de grande parte da população. Considerando o impacto alcançado pela divulgação presencial e virtual do material produzido, esta ação contribuiu para a popularização do conhecimento sobre ora-pro-nóbis e valorização dos saberes e habilidades da população.

A realização deste projeto proporcionou às estudantes mobilizar os conhecimentos técnicos oriundos da sua formação acadêmica, fortalecendo o diálogo e interação com a comunidade externa. No intercâmbio de saberes com a comunidade, evidenciou-se o interesse da população por mais informações sobre as Plantas Alimentícias Não Convencionais, confirmando-se a importância das atividades de extensão universitárias nessa temática.

SUBMETIDO EM: 05/04/2023

ACEITO EM: 11/01/2024

REFERÊNCIAS

AGOSTINI-COSTA, Tânia Silveira. Bioactive compounds and health benefits of Pereskioideae and Cactoideae: A review. **Food Chemistry**, v. 327, p. 1-14, 2020.

Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0308814620308232?via%3Dihub>.

Acesso em: 14 ago. 2024.

ALMEIDA, Martha Elisa Ferreira de *et al.* Caracterização química das hortaliças não convencionais conhecidas como ora-pro-nobis. **Bioscience Journal**, Uberlândia, p. 431-439, 10 jun. 2014. Disponível em:

<http://www.seer.ufu.br/index.php/biosciencejournal/article/view/17555/14557>. Acesso em: 14 ago. 2024.

ALMEIDA, Martha Elisa Ferreira de; CORRÊA, Angelita Duarte. Utilização de cactáceas do gênero *Pereskia* na alimentação humana em um município de Minas Gerais. **Ciência Rural**, Santa Maria, RS, v. 42, p. 751-756, 2012. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/cr/a/rLppTDpRG5drzknZ6Kb5Tkc/?lang=pt>. Acesso em: 14 ago. 2024.

BARBOSA, Déborah Monteiro *et al.* Does the label 'unconventional food plant' influence food acceptance by potential consumers? A first approach. **Heliyon**, v. 7, n. 4, p. e06731, 2021.

BIONDO, Elaine *et al.* Diversidade e potencial de utilização de plantas alimentícias não convencionais no Vale do Taquari, RS. **Revista Eletrônica Científica da UERGS**, Porto Alegre v. 4, n. 1, p. 61-90, 2018.

CASEMIRO, Ítalo de Paula; VENDRAMINI, Ana Lúcia do Amaral. Plantas alimentícias não convencionais no Brasil: o que a Nutrição sabe sobre este tema? **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, p. 42725, 2020.

CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. Desafios e perspectivas para a promoção da alimentação adequada e saudável no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, RJ, v. 31, n. 1, p. 7-9, 2015.

COMPANHIA NACIONAL DE ABASTECIMENTO [CONAB]. **Acompanhamento da safra brasileira de grãos**. Brasília: Conab, 2023. v. 1. n. 1. Disponível em: <http://www.conab.gov.br>. Acesso em: 13 maio 2024.

CORADIN, Lidio; CAMILLO, Julcéia; PAREYN, Frans Germain Corneel (ed.). **Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial**: plantas para o futuro: região Nordeste. Brasília, DF: MMA, 2018. (Série Biodiversidade; 51). Disponível em: <https://antigo.mma.gov.br/publicacoes/biodiversidade/category/54-agrobiodiversidade.html>. Acesso em: 13 maio 2024.

- FANGUEIRO, Ana Luiza; PENHA, Manoela Pessanha; LOURENÇO, Maristela Soares. Plantas alimentícias não convencionais: sustentabilidade em um restaurante universitário. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 17, p. 67365, 2022.
- FONSECA, Cristine et al. A importância das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCS) para a sustentabilidade dos sistemas de produção de base ecológica. **Cadernos de Agroecologia**, Pernambuco, v. 13, n. 1, 2018.
- FURTADO DA SILVA, Adriella Camila Gabriela Fedyna da Silveira et al. Estrutura da socioagrobiodiversidade em quintais produtivos: agroecologia conquistando espaços nas vidas de famílias urbanas. **Cadernos de Agroecologia**, Pernambuco, v. 13, n. 1, 2018.
- JESUS, Michelle Nogueira; REGES, Juliana Teodora Assis. Ora-pro-nobis: saberes e novas oportunidades. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 26, p. e019016-e019016, 2019.
- KELEN, M. E. B. et al. **Plantas alimentícias não convencionais (PANCs)**: hortaliças espontâneas e nativas. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Engenharia Florestal) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015.
- KINUPP, Valdely Ferreira; BARROS, Ingrid Bergman Inchausti de. Riqueza de plantas alimentícias não-convencionais na região metropolitana de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Biociências**, Porto Alegre, v. 5, n. S1, p. 63-65, 2007.
- KÖHLER, Matias; BRACK, Paulo. Frutas nativas no Rio Grande do Sul: cultivando e valorizando a diversidade. **Revista Agriculturas**, Rio de Janeiro. v. 13, n. 2, 2016.
- MACARRÃO de ora-pro-nobis**. Produção: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina Região Oeste. Santa Catarina, SC: IFSC Região Oeste, 2022b. 1 vídeo (1 min). Publicado pelo canal IFSC Região Oeste. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=J_Ss_FUyMjo. Acesso em: 18 ago. 2024.
- MADEIRA, Nuno Rodrigo et al. **Manual de produção de hortaliças tradicionais**. Brasília: Embrapa, 2013. 159 p. Disponível em: <https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/983087/manual-de-producao-de-hortalicas-tradicionais>. Acesso em: 30 jun. 2021.
- MILIÃO, Gustavo Leite et al. Unconventional food plants: Nutritional aspects and perspectives for industrial applications. **Future Foods**, p. 100124, 2022. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666833522000120>. Acesso em: 13 maio 2024.
- MOLHO pesto de ora-pro-nobis com batatas**. Produção: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina Região Oeste. Santa Catarina, SC: IFSC Região Oeste, 2022a. 1 vídeo (1 min). Publicado pelo canal IFSC Região Oeste. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=hIVzivkQiVY>. Acesso em: 18 ago. 2024.
- MORAES, Mariana et al. Emprego de mídia social na divulgação científica sobre sistema alimentar saudável e sustentável. **Revista Ciência em Extensão**, São Paulo, v. 17, p. 47-64, 2021.

PÃO de ora-pro-nobis. Produção: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina Região Oeste. Santa Catarina, SC: IFSC Região Oeste, 2022c. 1 vídeo (1 min 50 s). Publicado pelo canal IFSC Região Oeste. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=MoNKWmk--4c&t=22s>. Acesso em: 18 ago. 2024.

PEIXOTO, Lucas Silva *et al.* Oficinas sobre Plantas Alimentícias Não Convencionais em um centro de referência de Assistência Social. **Expressa Extensão**, Pelotas, v. 24, n. 2, p. 27-38, 2019.

PINTO, N. C. C. *et al.* Cytotoxic and antioxidant activity of *Pereskia aculeata* Miller. **Pharmacologyonline**, v. 3, p.63-9, 2012.

PINTO, N. C. C.; MACHADO, D. C.; SILVA, J. M.; CONEGUNDES, J. L. M.; GUALBERTO, A. C. M.; GAMEIRO, J.; CHEDIER, L. M.; CASTANON, M. C. M. N.; SCIO, E. *Pereskia aculeata* Miller leaves present in vivo topical anti-inflammatory activity in models of acute and chronic dermatitis. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 173, p. 330-337, 2015.

QUEIROZ, Carla Regina Amorim *et al.* Ora-pro-nóbis em uso alimentar humano: percepção sensorial. **Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável**, João Pessoa, v. 10, n. 3, p. 16, 2015. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7314946>. Acesso em: 23 jun. 2021.

RIBEIRO, Patrícia *et al.* ORA-PRO-NÓBIS: cultivo e uso como alimento humano. **Revista em Extensão**, Uberlândia, MG, v. 13, n. 1, p. 70-81, jun. 2014. DOI: http://dx.doi.org/10.14393/ree-v13n12014_rel06. Disponível em: <http://www.seer.ufu.br/index.php/revextensao/article/view/24505>. Acesso em: 14 ago. 2024.

SÁ, Amanda Gomes Almeida; MORENO, Yara Maria Franco; CARCIOFI, Bruno Augusto Mattar. Plant proteins as high-quality nutritional source for human diet. **Trends in Food Science & Technology**, v. 97, p. 170-184, 2020.

SANITIZAÇÃO e secagem das folhas de ora-pro-nobis. Produção: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina Região Oeste. Santa Catarina, SC: IFSC Região Oeste, 2021. 1 vídeo (1 min). Publicado pelo canal IFSC Região Oeste. Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=4jHd2IHkvtg>. Acesso em: 18 ago. 2024.

SPANHOLI, M. L.; BARRETO, M. R. Uso popular de recursos vegetais e perfil socioeconômico de moradores de comunidades rurais de Sinop, Mato Grosso, Brasil. **Gaia Scientia**, João Pessoa, v. 12, n. 1, p. 1981-1268.2018, 2018.

TERRA, Simone Braga; FERREIRA, Bruna Pereira. Conhecimento de plantas alimentícias não convencionais em assentamentos rurais. **Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável**, João Pessoa, v. 15, n. 2, p. 221-228, 2020.

TULER, Amélia Carlos; PEIXOTO, Ariane Luna; SILVA, Nina Claudia Barboza da. Plantas alimentícias não convencionais (PANC) na comunidade rural de São José da Figueira, Durandé, Minas Gerais, Brasil. **Rodriguésia**, Rio de Janeiro, v. 70, 2019.

ZANETTI, C. *et al.* Mulheres e PANCs: resgatando hábitos e saberes alimentares no Vale do Taquari, RS. **Revista Ciência em Extensão**, São Paulo, v.16, p.84-100, 2020.