



ESTUDOS
UNIVERSITÁRIOS

Revista de Cultura

60
anos



PROEXT
PRO-REITORIA
DE EXTENSÃO

Relato de experiência

Texto recebido em: 9 mar. 2024. Aprovado em: 10 set. 2024.

FONTANA, Cleder; SANTOS, Maria Medianeira dos; SIQUEIRA, João Víctor Bergamo de; SEVERO, Maurício Vielmo. Soberania alimentar e escola: oficinas sobre plantas alimentícias não convencionais (PANCs) e plantas medicinais em uma escola pública de ensino fundamental. *Estudos Universitários: revista de cultura*, UFPE/Proext, Recife, v. 41, n. 1, p. 1-30, jan./dez. 2024.

<https://doi.org/10.51359/2675-7354.2024.262014>

ISSN Edição Digital: 2675-7354



Esta obra está licenciada com uma [Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Soberania alimentar e escola: oficinas sobre plantas alimentícias não convencionais (PANCs) e plantas medicinais em uma escola pública de ensino fundamental

Food sovereignty and school: workshops on unconventional food plants (UFP) and medicinal plants in a public elementary school

Cleder Fontana

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

Doutor em Geografia

E-mail: clederfontana@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-3755-6681>

 <http://lattes.cnpq.br/3457235192111820>

Maria Medianeira dos Santos

Prefeitura Municipal de Santa Maria

Doutora em Geografia

E-mail: maria.medianeira@prof.santamaria.rs.gov.br

 <https://orcid.org/0009-0003-3519-9611>

 <http://lattes.cnpq.br/4571106904017258>

João Victor Bergamo de Siqueira

Universidade Federal Fluminense (UFF)

Graduado em Geografia

E-mail: joaovictorbergamosiqueira@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-5813-3768>

 <http://lattes.cnpq.br/7512546252544545>

Maurício Vielmo Severo

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

Graduado em Geografia

E-mail: mauriciovsevero@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-5100-2781>

 <http://lattes.cnpq.br/3172243913944383>

Resumo

Este trabalho apresenta e discute os resultados de uma ação de extensão universitária desenvolvida com estudantes do Ensino Fundamental em uma escola pública, a EMEF José Paim de Oliveira, localizada em uma área rural do município de Santa Maria (RS). O objetivo principal da ação foi o de problematizar, de forma conceitual e lúdica, as relações que os estudantes estabelecem com os alimentos, para, assim, mapear a origem dos alimentos que eles consomem, também os ensinando a identificar as plantas e reconhecer as importâncias de se produzir e de se consumir produtos in natura, com destaque para as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) e para as plantas medicinais. Apresenta-se aqui, portanto, uma síntese das atividades desenvolvidas, bem como das discussões e dos resultados obtidos, com destaque para a produção de duas cartilhas: uma

sobre PANCs e outra sobre plantas medicinais. As atividades desenvolvidas no projeto permitem a reflexão sobre a relação entre alimentação e educação, ou melhor, sobre a necessidade de uma educação alimentar, pois, em última instância, os resultados observados na ação de extensão sublinham a necessidade de desautomatizar a relação que se estabelece com os alimentos, propondo-se reflexões sobre os hábitos alimentares e sobre as origens do que se consome: em suma, a soberania alimentar.

Palavras-chave: soberania alimentar. educação alimentar. práticas pedagógicas.

Abstract

This paper presents and discusses the results of a university extension project carried out with middle school students in a public school, EMEF José Paim de Oliveira, located in a rural area of the municipality of Santa Maria (RS). The main objective of the action was to problematize, in both conceptual and ludic ways, the relationships that students establish with food, thus seeking to map the origin of the food they consume, also teaching them to identify plants and recognize the importance of producing and consuming fresh products, with emphasis on Unconventional Food Plants (UFP) and medicinal plants. This article

presents a summary of the activities carried out, as well as the discussions and results obtained, highlighting the production of two booklets: one on UFPs and the other on medicinal plants. The activities carried out in the project allow us to reflect on the relationship between food and education, or rather, on the need for food education, since, ultimately, the results of the action underlined the need to de-automatize the relationship that is established with food, proposing reflections on eating habits and on the origins of what is consumed: in short, food sovereignty.

Keywords: food sovereignty. food education. teaching practices.

INTRODUÇÃO

Nos contextos atuais de globalização e de industrialização, vive-se um acelerado processo de transformações no universo dos alimentos (Wilkinson, 2023). Sobre isso, uma das principais mudanças é a substituição dos alimentos tradicionais e *in natura* por alimentos industrializados. Como efeito direto, ocorre a erosão dos saberes tradicionais relacionados às plantas alimentícias, levando à redução da diversidade alimentar e, conseqüentemente, à carência de nutrientes essenciais à saúde humana.

Contemporaneamente, os alimentos ultraprocessados são a expressão de uma alimentação incompleta e desarmônica (Brasil, 2014), estando associados a um complexo conjunto de redes comerciais que possuem grande capacidade de influenciar a alimentação em um plano global (Esteve, 2017). Dessa forma, a alimentação é cada vez mais industrializada e, conseqüentemente, homogeneizada. Ela desempenha um papel significativo no processo de acumulação de capital, mas não atende às necessidades nutricionais do organismo humano e, além disso, afasta as pessoas de uma alimentação baseada em alimentos *in natura* e na sazonalidade produtiva.

O presente texto busca, portanto, sintetizar e divulgar as atividades desenvolvidas em um contexto escolar público de ensino fundamental que abordaram essas questões. O contexto referido integra as atividades do Núcleo de Estudos em Geografia, Agricultura e Alimentação (NUGAAL – UFSM) e, nesse caso em

particular, de extensão e de ensino desenvolvidas na EMEF José Paim de Oliveira, em Santa Maria, RS¹.

Problematizar a alimentação no contexto acadêmico deve ser um exercício de cuidado com a saúde e, também, um veículo para resgatar valores culturais, estimular a participação comunitária, promover o desenvolvimento local, entre outros benefícios.

A educação básica enfrenta o desafio da produção de materiais pedagógicos para abordar temas em contextos específicos. Além das questões estruturais, oriundas das relações de trabalho docente (a sobrecarga de trabalho, a desvalorização do trabalho do magistério, o negacionismo científico etc.), essa dificuldade é influenciada por diversos fatores, como a natureza genérica dos conteúdos dos livros didáticos; a dificuldade de integrar a teoria e a prática na formação e na prática docente; e o tempo limitado de preparação do docente. Nesse sentido, pensa-se na necessidade de conectar os problemas do cotidiano, o que Freire (2021) define como temas geradores, com as técnicas disponíveis no presente, como o uso da internet e *apps*, estabelecendo novas relações com o saber, a cibercultura (Lévy, 1999).

Paralelamente, o texto tem intenção de (re)vitalizar saberes ancestrais sobre plantas medicinais, reconhecendo sua importância vital na promoção da saúde (Carvalho, 2004). Porto-Gonçalves (2006) destaca que a redução do uso de ingredientes tradicionais na

¹O presente texto integra os resultados do projeto nº 056427, intitulado “Produção de material pedagógico para educação ambiental e alimentar” e registrado junto à Pró-Reitoria de Graduação, e do projeto nº 055908, intitulado “Educação ambiental e alimentar no Ensino Básico” e registrado junto à Pró-Reitoria de Extensão, ambas da Universidade Federal de Santa Maria.

alimentação não afeta apenas a diversidade alimentar e a saúde, mas também os conhecimentos acumulados e transmitidos de geração em geração: a alimentação e os conhecimentos sobre recursos naturais estão intrinsecamente ligados – saberes e sabores são indissociáveis.

Dessa forma, busca-se resgatar os alimentos, assim como os saberes e as tradições relacionados às Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) e às plantas medicinais para, em última instância, problematizar a relação que a população estabelece com os alimentos. Isso implica compreender processos históricos e culturais nos quais a alimentação está envolvida, bem como preservar alimentos tradicionais que representam a busca pela soberania alimentar.

Enquanto roteiro, o texto que segue faz, inicialmente, reflexões sobre os alimentos e a escola, continua com a apresentação de atividades pedagógicas que foram desenvolvidas em forma de extensão universitária e, por fim, expõe sínteses das discussões e dos resultados alcançados na ação. No geral, a intenção é praticar uma educação que seja problematizadora e emancipatória e, em particular, que tenha os alimentos como tema gerador (Freire, 2021).

OS ALIMENTOS E A ESCOLA

Para o componente curricular de Geografia, a temática entre sociedade e natureza é ancestral e diversificada em interpretações. Desde considerar a sociedade como dominante da natureza até visões mais holísticas, que compreendem a sociedade e a natureza como uma totalidade, reconhece-se que as condições sociais e

econômicas estão intrinsecamente ligadas às questões naturais. A degradação da natureza resultante da ação humana representa, portanto, uma degradação de nossa própria condição de existência.

Dentro desse contexto, a alimentação tem perdido sua conexão com o local de vivência das pessoas, pois, cada vez mais, os alimentos têm sido globalmente distribuídos, resultando na homogeneização dos regimes alimentares, fenômeno que pode ser definido como *fastfoodização*, pelo qual os alimentos ultraprocessados, ricos em sal, gordura e açúcar, estão cada vez mais presentes na dieta diária da população (Brasil, 2014). Apesar das influências da globalização e dos interesses da indústria alimentar, conforme apontam Vradis (2021) e Esteve (2017), há resistências que emergem na luta contra essa mudança.

Altieri e Nicholls (2021) ressaltam que, apesar da abundância de alimentos, estamos utilizando um número cada vez menor de plantas na alimentação, o que impacta a diversidade dos ecossistemas. Porto-Gonçalves (2006) destaca que a redução no uso de ingredientes na alimentação também reduz os saberes. Nos contextos locais, a alimentação é conectada aos conhecimentos sobre recursos naturais: saberes e sabores são indissociáveis. Essa compreensão revela que a alimentação está diretamente unida à questão ambiental, demonstrando que as diversidades culturais (saberes) e ecossistêmicas (sabores) estão interligadas.

No ensino básico, é crucial compreender a conexão entre sociedade e natureza. Na Base Nacional Comum Curricular, uma das unidades temáticas para o ensino fundamental propõe estudar "natureza, ambientes e qualidade de vida", com ênfase na análise das diversas

interações das sociedades com a natureza, considerando a distribuição dos componentes físico-naturais, incluindo as transformações da biodiversidade (Brasil, s/d, p. 385). Nesse mote, busca-se pensar em materiais pedagógicos voltados ao ensino fundamental abordando o que aqui se define como educação ambiental e alimentar, enquanto contribuição para a soberania alimentar.

A crescente concentração da população brasileira em áreas urbanas tem afetado a capacidade de produção de alimentos, mesmo que parcialmente, levantando desafios consideráveis à qualidade da alimentação. Esse cenário é agravado pelo uso cada vez mais intenso de agrotóxicos por parte do agronegócio e pelo aumento do consumo de alimentos industrializados. Essa tendência coloca em risco a qualidade da alimentação de toda a sociedade, comprometendo a segurança e a soberania alimentar. Além disso, o atual modelo hegemônico de produção de alimentos vem acarretando custos ambientais significativos, sem avançar na direção da segurança alimentar. Nesse contexto, é imperativo repensar as práticas de produção e o consumo alimentar.

Segundo Silva *et al.* (2015), a prática de atividades agrícolas nas escolas pode tanto reforçar quanto questionar o modelo dominante de produção agrícola vigente, assim como todo o sistema alimentar. Nesse cenário, entende-se que as escolas têm um papel crucial a desempenhar. As hortas escolares podem ser vistas como laboratórios vivos para o desenvolvimento de atividades didáticas alinhadas ao currículo escolar. Além disso, podem ser ferramentas valiosas para promover uma educação ambiental e alimentar, bem como a segurança e soberania alimentar. Mais do que atividades lúdicas, as

hortas escolares têm potencial de promover atitudes, abordando valores essenciais, como cuidado, cultivo, paciência e consumo responsável, para além dos muros da escola, sobretudo provocando atitudes reflexivas sobre a alimentação, sobre como ela está envolvida em complexas teias de relações de poder. Assim, pode-se concluir, seguindo Coelho e Bógus (2016), que a horta escolar é um espaço de aprendizado caracterizado por uma interação horizontal e dialógica, como um local de produção e de cuidado, promovido pela participação ativa dos envolvidos e pela construção de laços de sociabilidade. Assim, a horta escolar contribui para fortalecer vínculos de cuidado com si próprio, com os outros e com a natureza.

No âmbito teórico-prático, a educação busca desenvolver ferramentas didáticas e pedagógicas que permitam, aos estudantes, interagir com o conhecimento acumulado e com as realidades que os cercam. Problematicar questões relacionadas à alimentação, ao meio ambiente e à sociedade é uma das tarefas nobres da educação, pois esse processo pode conduzir às autonomias de reflexão e de pensamento. Incorporar atividades práticas, como a construção de hortas escolares, nesse processo educativo é fundamental para superar a dicotomia entre trabalho manual e intelectual, transformando o entorno e a própria comunidade.

Na ciência geográfica, particularmente, o tema da alimentação tem uma trajetória significativa desde os estudos de La Blache (1954) sobre os modos de alimentação e sobre suas relações com o meio, até abordagens contemporâneas, que exploram a mediação alimentar na relação entre o ser humano e o ambiente.

Nesse sentido, mesmo antes da *Geografia da fome*, Castro (1946) chamava atenção para a importância de uma educação alimentar. Na sua publicação em parceria com Cecília Meireles, o autor ressaltava que o que comemos está diretamente ligado à nossa educação, a qual, se iniciada na infância, torna-se um hábito, ao longo da vida (Meireles; Castro, 2015).

Atualmente, o desafio é ainda maior com a globalização e a industrialização levando à gradual substituição de alimentos tradicionais por produtos transgênicos e industrializados. Essa mudança impacta a diversidade alimentar e resulta na perda de saberes tradicionais, associados a plantas alimentícias, mostrando a relevância de resgatar os alimentos, os conhecimentos e as tradições relacionados às PANCs e às plantas medicinais. Ao compreender os processos históricos e culturais envolvidos na globalização alimentar, bem como ao preservar os alimentos tradicionais, almeja-se promover a soberania alimentar, entendida como o direito dos povos de decidir sobre a sua alimentação (Desmarais, 2013; Vradis *et al.*, 2021).

Nesse sentido, pensa-se na problematização e na produção de materiais pedagógicos específicos para o ensino fundamental, abordando temas decisivos de uma educação ambiental e alimentar. Esses materiais visam enriquecer a formação dos estudantes de licenciatura em geral, dado o fato da interdisciplinaridade do tema, assim como apoiar os docentes em sala de aula e estimular a formação de estudantes do ensino fundamental. Dessa forma, busca-se promover uma compreensão mais profunda da conexão entre sociedade e natureza, refletindo sobre a formação de cidadãos conscientes e

engajados em práticas alimentares sustentáveis e responsáveis.

Em suma, busca-se desnaturalizar o modo como produzimos, trocamos e consumimos alimentos, resgatando a conexão entre os indivíduos e o que consomem, promovendo a segurança e a soberania alimentar, contribuindo para a valorização de saberes tradicionais e, dessa forma, dando a devida atenção às condições sociológicas em que os alimentos estão envolvidos.

AS ATIVIDADES PEDAGÓGICAS

As atividades relatadas foram desenvolvidas em forma de oficinas e totalizaram quatro encontros, realizados com dez estudantes do 7º ano na Escola Municipal de Ensino Fundamental José Paim de Oliveira, localizada na zona rural do município de Santa Maria – RS. As atividades contemplaram dimensões teórico-práticas e se deram na seguinte sequência:

1. **Encontro – apresentação geral e “Especialização dos alimentos”**: Foram feitas apresentações abrangentes da proposta do projeto, dos seus objetivos e das atividades a serem desenvolvidas ao longo dos encontros. A "Especialização dos alimentos" envolveu o uso de um mapa-múndi para analisar a origem de frutas, verduras e legumes comuns do cotidiano, conforme apresentado por Meireles; Castro (2015). Cada estudante escolheu um alimento e o localizou no mapa, analisando seu histórico de deslocamento;

2. **Encontro – atividade teórica “PANCs: importância e presença no cotidiano”:** Foi realizada uma aula dialogada e expositiva, focada nas mudanças dos hábitos alimentares. O objetivo foi resgatar o conhecimento sobre as PANCs, destacando sua importância e sua presença no cotidiano, muitas vezes despercebidas pela sociedade. Foi discutido as necessidades de identificar e de valorizar essas plantas, frequentemente consideradas "matos", para enriquecer nossa dieta e para promover uma alimentação mais diversificada e nutritiva. Pedagógica e didaticamente, para facilitar a identificação das PANCs, foi realizado o *download* do aplicativo PlantNet, ferramenta auxiliar no reconhecimento de espécies de plantas comestíveis;
3. **Encontro – atividade prática “Levantamento de espécies de PANCs na Escola”:** Nesse momento, os estudantes realizaram um levantamento prático das PANCs presentes na escola. Utilizando o aplicativo PlantNet e o livro *Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) no Brasil* (Kinupp; Lorenzi, 2021), coletaram dados e informações sobre as PANCs encontradas. Esse levantamento serviu para enriquecer o conhecimento deles sobre as PANCs, bem como para perceber a presença destas no seu entorno;
4. **Encontro “Plantações de sementes e de mudas de PANCs”:** Os estudantes realizaram plantações de sementes de feijão-guandu (*Cajanus cajan*) e de mudas de araucária (*Araucaria angustifolia*) na

horta da escola. Essa prática reforçou a importância do cultivo e do consumo das PANCs, proporcionando experiências tangíveis de plantio e de manejo dessas plantas aos estudantes. Essas ações incentivam a valorização e a integração das PANCs à alimentação diária, promovendo maior conscientização sobre a importância das plantas para a soberania alimentar.

Além dos encontros, a partir de Kinupp e Lorenzi (2021), foram produzidas duas cartilhas com receitas e informações sobre os usos alimentares das PANCs presentes no espaço da escola, bem como dados sobre plantas medicinais e suas propriedades. Esses materiais visam compartilhar e divulgar os conhecimentos adquiridos no desenvolvimento das atividades e promover a continuidade das práticas de cultivo e do uso das PANCs e de plantas medicinais. As cartilhas foram disponibilizadas para a escola na qual as atividades foram desenvolvidas, com a intenção de ampliar o alcance e os benefícios das atividades para a comunidade escolar.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Inicialmente, os encontros desenvolveram reflexões sobre a perda de saberes e sabores tradicionais, devido à substituição de alimentos *in natura* por produtos industrializados, enlatados e processados. A primeira atividade, intitulada "Espacialização dos alimentos", baseada em Meireles; Castro (2015), foi desenvolvida para conhecer a origem de plantas presentes em nossa alimentação diária, bem como o seu histórico de deslocamento (Figura 1).



Figura 1. Espacialização dos alimentos

Fonte: Os autores (2023).

Durante a atividade de espacialização dos alimentos, percebeu-se a importância de otimizar o tempo disponível e de focar nos alimentos mais familiares aos estudantes. Isso permitiu uma abordagem mais centrada, garantindo que a atividade fosse significativa. O processo de escolha do alimento, seguido da identificação de sua origem, foi uma maneira de estimular a participação dos estudantes. Essa estratégia promoveu a interação e o engajamento, além de incentivar reflexões sobre as procedências das plantas que fazem parte da alimentação cotidiana dos alunos.

Ao fornecer informações sobre determinados alimentos, os estudantes conectaram o conhecimento adquirido à atividade prática, enriquecendo a

compreensão sobre as origens de determinadas comidas. Essa abordagem integrada foi valiosa para consolidar o aprendizado e para criar uma consciência ampla sobre a relação entre a alimentação e a geografia dos alimentos.

No segundo encontro, foi realizada uma aula expositivo-dialogada sobre as PANCs, enfocando sua presença e importância na alimentação cotidiana. Destacou-se que algumas PANCs representam um contraponto ao contexto alimentar atual, marcado por uma dieta cada vez mais padronizada². Enquanto muitas plantas são rotuladas de ervas daninhas, as PANCs oferecem potenciais significativos para diversificar a alimentação e enriquecer o repertório gastronômico, além de contribuir com a possibilidade de (re)conectar as pessoas com as práticas alimentares ancestrais.

É categórico entender que a visão de uma planta como erva daninha não representa mais do que uma construção social e cultural. Essas plantas, comumente nativas e bem adaptadas ao ambiente local, são consideradas indesejáveis desde a perspectiva agrícola convencional, que busca manter os cultivos padronizados. Entretanto, essa classificação não costuma levar em consideração os

²Alimentação padronizada e homogênea refere-se ao rápido processo de transformação, marcado, sobretudo, pela presença de produtos industrializados, que a alimentação tem passado e, entre outras consequências, implica: na produção agropecuária, a concentração das atividades produtivas baseadas em um modo agroquímico; o domínio dos mercados de beneficiamento e dos comércios de alimentação; o aumento do consumo de produtos ultraprocessados; na saúde, a diminuição da ingestão de micronutrientes e aumento de consumo de açúcar, gordura e calorias, resultando em sobrepeso/obesidade e suas conseqüentes doenças de origem alimentar; a perda de saberes e de sabores associados aos conhecimentos ancestrais, resultando na perda da soberania alimentar.

benefícios que essas plantas podem oferecer em termos de alimentação.

As PANCs englobam uma ampla variedade de plantas, que não são reconhecidas e utilizadas na alimentação cotidiana devido à falta de conhecimento sobre suas propriedades nutritivas e sobre suas características de cultivo e de preparação culinária. Frutas, folhas, flores, rizomas, sementes e outras partes das plantas desse grupo podem ser consumidas *in natura* ou podem compor diversos pratos da culinária cotidiana.

Essas plantas muitas vezes fazem parte da vegetação nativa, mas, devido à degradação ambiental resultante dos desenvolvimentos urbano e rural, perdem seu significado alimentício e são relegadas a um *status* de "mato" – ou vistas como elementos paisagísticos, apenas. Esse processo contribui para um analfabetismo botânico generalizado, em que as pessoas não reconhecem e não valorizam as espécies presentes em seus entornos, perdendo a oportunidade de integrá-las a suas dietas de maneira consciente e saudável. O resgate do conhecimento sobre as PANCs é essencial para promover uma alimentação mais diversificada e mais rica em nutrientes, além de contribuir para a preservação da biodiversidade e para o uso sustentável de recursos naturais. Ao reconhecer e valorizar essas plantas, podemos ampliar nossas opções alimentares e fortalecer conexões entre as pessoas e a natureza, fomentando práticas mais sustentáveis e conscientes.

Nas atividades na EMEF José Paim de Oliveira, utilizamos quadro branco e canetas para ilustrações e confecções de mapas mentais, facilitando a compreensão dos estudantes (figura 2). Ao final das atividades,

oferecemos a degustação de ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*) a todos os que desejaram experimentar, comparando seu sabor aos de outros vegetais.



Figura 2. Atividade sobre PANCs

Fonte: Os autores (2023).

O terceiro e quarto encontros foram destinados a atividades prático-teóricas. No terceiro encontro, foram identificadas as PANCs presentes no terreno da escola (figura 3). A atividade também objetivava identificar os seus estágios de maturação. Destacamos que a falta de conhecimentos sobre as características das plantas pode trazer riscos à saúde, enfatizando a necessidade de buscar informações e orientações adequadas, antes de ingerir qualquer planta ou fruto.



Figura 3. Identificação das PANCs no pátio da escola

Fonte: Os autores (2023).

No desenvolvimento da atividade, várias espécies de PANCs e de plantas medicinais foram identificadas nas dependências da escola. Entre as PANCs, destacamos *Sonchus oleraceus* (serralha), *Stachys byzantina* (peixinho-da-horta), *Pereskia aculeata* (ora-pro-nóbis), *Araucaria angustifolia* (pinheiro), *Cajanus cajan* (feijão-guandu) e *Inga edulis* (ingá-de-metro). Quanto às plantas medicinais, foram identificadas: *Origanum majorana* (manjerona), *Salvia rosmarinus* (alecrim), *Aloe vera* (babosa), *Cymbopogon citratus* (cidró ou capim-limão), *Ocimum basilicum* (manjericão), *Mikania glomerata* (guaco), *Mentha* (hortelã), *Mentha pulegium* (poejo), *Zingiber officinale* (gengibre) e *Foeniculum vulgare* (funcho).

No quarto e último encontro, ocorreu o plantio de mudas de araucária (*Araucaria angustifolia*) e a

semeadura de feijão-guandu (*Cajanus cajan*) no espaço da horta escolar (figura 4). A ideia da atividade era a de ser um exercício prático que revelasse a importância do plantio e da produção de alimentos de modo geral, mesmo para o autoconsumo. O plantio significou unir teoria e prática de certa forma, incitando reflexões sobre as origens dos alimentos que são consumidos no dia a dia dos estudantes. Além disso, esse tipo de atividade permite a emergência de assuntos relevantes do ponto de vista do conhecimento: preparação e fertilidade do solo; processo de desenvolvimento de plantas; épocas de plantio; incidência de raios solares etc.



Figura 4. Plantios de sementes e de mudas de PANCs
Fonte: Os autores (2023).

Ao final do projeto, foram plantadas cerca de 100 sementes de feijão-guandu e duas mudas de araucária. Essa ação representou um incentivo ao cultivo de plantas de relevância ecológica, cultural e alimentar à comunidade escolar. Essas espécies, tradicionais na localidade, estão sendo preservadas e cultivadas na horta da escola, contribuindo para a educação ambiental e para o aprendizado prático dos estudantes.

O plantio das mudas de araucária e a sementeira do feijão-guandu representam passos importantes na prática de uma agricultura contra-hegemônica e na valorização de tradições locais de cultivo, consistindo em exercícios de soberania alimentar. Além disso, a atividade proporcionou vivências prática e educativa aos estudantes, ensinando-os sobre o processo de plantio, o cuidado e o cultivo de plantas, bem como sobre a importância de preservar espécies típicas.

Ao superar os desafios e adaptar os planos diante de imprevistos, foi possível concluir o projeto de maneira produtiva, cumprindo com os objetivos de promover o resgate dos saberes tradicionais, incentivar a alimentação consciente e sustentável e fortalecer as ligações entre os educandos, o entorno da escola e a comunidade escolar como um todo.

A partir dessas atividades, partiu-se para a produção de cartilhas, em que foi considerado o levantamento das espécies das plantas, tanto alimentícias quanto medicinais, presentes nas dependências da escola. Algumas dessas espécies já estavam sendo cultivadas na horta enquanto outras foram plantadas durante o projeto ou eram comumente encontradas nos cotidianos dos educandos. As cartilhas ficaram estruturadas da seguinte

maneira: uma pequena apresentação foi realizada sobre sua importância como material pedagógico e educacional, bem como a importância do resgate das PANCs e das plantas medicinais na cultura alimentícia; 10 plantas, tanto das medicinais e como das PANCs, foram apresentadas com seus respectivos nomes populares e científicos acompanhados de fotos e uma breve caracterização (flor, folhas, semente, cor, formato); em seguida, foram apresentados três usos possíveis para as plantas: alimentos e chás, utilizando-se tanto da flor, como da folha, do caule e/ou do fruto.

A seguir, de modo sistemático, seguem as listas de plantas presentes nas cartilhas, identificadas pela sequência: nome científico e nome popular [e sua localização na obra de Kinupp e Lorenzi (2021), quando presentes].

PANCs identificadas/encontradas nas dependências da escola:

- * *Sonchus oleraceus* – Serralha (p. 210);
- * *Stachys byzantina* – Peixinho-da-horta (p. 454);
- * *Pereskia aculeata* – Ora-pro-nóbis (p. 274);
- * *Araucaria angustifolia* – Pinheiro (p. 122);
- * *Cajanus cajan* – Feijão-guandu (p. 406);
- * *Inga edulis* – Ingá-de-metro (p. 400).

PANCs não encontradas na escola, mas incluídas na cartilha por sua facilidade de acesso:

- * *Handroanthus chrysotrichus* – Ipê-amarelo (p. 236);
- * *Basella alba* – Bertalha (p. 228);
- * *Taraxacum officinale* – Dente-de-leão (p. 214);
- * *Hemerocallis* – Lírio-amarelo (p. 166).

Plantas medicinais identificadas/encontradas nas dependências da escola:

- * *Origanum majorana* – Manjerona (p. 324);
- * *Salvia rosmarinus* – Alecrim (p. 330);
- * *Aloe vera* – Babosa (p. 105);
- * *Cymbopogon citratus* – Erva-cidreira ou capim-limão (p. 433);
- * *Ocimum basilicum* – Manjeriço (p. 319);
- * *Mikania glomerata* – Guaco (p. 148);
- * *Mentha* – Hortelã (p. 311);
- * *Mentha pulegium* – Poejo (p. 314);
- * *Zingiber officinale* – Gengibre (p. 544);
- * *Foeniculum vulgare* – Funcho (p. 78).

As capas das cartilhas (figura 5) foram elaboradas com imagens das plantas estudadas, consumidas ou observadas durante a realização do projeto. Essas imagens representam reflexos do aprendizado e da experiência adquiridas nas atividades.



Figura 5. Capas das cartilhas produzidas
Fonte: Os autores (2023).

As cartilhas produzidas representam uma síntese dos conhecimentos adquiridos sobre as PANCs e sobre as plantas medicinais da escola. Elas são concebidas como uma ferramenta potencialmente difusora de informações acessíveis e atrativas, possibilitando que estudantes, professores e funcionários explorem e integrem essas plantas à sua alimentação diária e aos cuidados com a saúde.

Após a conclusão da elaboração das cartilhas, elas foram disponibilizadas nos formatos físico e digital, visando ampliar o alcance dos materiais. Disponibilizá-las fisicamente possibilitou o manuseio direto e o fácil acesso na escola, enquanto o formato digital expandiu o acesso àqueles que preferem a praticidade de utilizar dispositivos

eletrônicos. Espera-se que as cartilhas tenham um papel significativo no cotidiano alimentar da comunidade escolar, enriquecendo o cardápio a ela oferecido. Além disso, as cartilhas se mostraram uma tentativa de integrar atividades escolares à produção da merenda escolar, buscando incluir as PANCs e as plantas medicinais nas refeições. Ao envolver a produção da alimentação escolar, busca-se assegurar que essas plantas sejam incorporadas às preparações de maneira adequada e saborosa, promovendo uma alimentação diversificada e nutritiva.

Ao mesmo tempo, entende-se que a iniciativa vai além de conscientizar sobre a importância de dietas variadas e equilibradas; ela fortalece a valorização de plantas locais e tradicionais, contribuindo para a preservação da biodiversidade e para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis. Assim, as cartilhas compartilham conhecimentos e também desempenham funções cruciais na transformação de hábitos alimentares, no estímulo às valorizações do meio ambiente e das práticas tradicionais e, enfim, sintetizam um esforço de exercício de soberania alimentar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em um plano global, a alimentação tem presenciado transformações profundas, das quais se sobressaem: o aumento do consumo de produtos industrializados e, conseqüentemente, a diminuição do consumo de produtos *in natura*. Contemporaneamente, o problema da fome, elucidado por Josué de Castro nos anos 1930 e 1940, adquire novos contornos. Por um lado, a produção global de alimentos é maior do que a capacidade humana de consumo e, por outro, vivemos em um tempo em que a

fome coexiste com o sobrepeso/obesidade, tornando-os, assim, problemas interligados (Pereira; Nogueira; Ramalho, 2014). Além disso, a crescente demanda de insumos nas atividades agropecuárias e o êxodo rural revelam que há uma problemática socioecológica contraditória na qual a produção de alimentos está envolvida nos últimos tempos.

Tendo essas questões em vista, o presente texto buscou sintetizar as atividades, provenientes de uma extensão universitária, desenvolvidas em um contexto escolar. Dessa forma, as intenções e as conclusões desse exercício são múltiplas, sendo possível destacar: a afirmação pertinente do debate sobre a alimentação que vem sendo praticada; o apontamento sobre a necessidade de se pensar a alimentação como conteúdo curricular; e a exploração do conceito de soberania alimentar dentro do contexto escolar.

O projeto buscou resgatar alimentos, conhecimentos e tradições relacionados às PANCs e às plantas medicinais e, ao fazê-lo, pretendeu promover a soberania alimentar, assim como preservar e estimular uma compreensão mais profunda da conexão entre sociedade e alimentação. As hortas escolares são reconhecidas como ferramentas valiosas para integrar conteúdos multidisciplinares, promovendo uma educação ambiental e alimentar, além de cultivar valores como cuidado e consumo responsável.

Em suma, o projeto visou desnaturalizar os padrões de produção e de consumo alimentar, promovendo uma reconexão entre os indivíduos e a sua alimentação. Os encontros, com as dinâmicas realizadas e as problematizações levantadas, assim como os materiais pedagógicos específicos oferecidos contribuíram para a

formação de cidadãos conscientes e engajados em práticas alimentares sustentáveis, respeitando saberes tradicionais e considerando as complexas condições sociológicas envolvidas na produção e no consumo de alimentos.

REFERÊNCIAS

ALTIERI, Miguel A.; NICHOLLS, Clara Inés. Do modelo agroquímico à agroecologia: a busca por sistemas alimentares saudáveis e resilientes em tempos de COVID-19. *Desenvolvimento e meio ambiente*, Curitiba, v. 57, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/made/article/view/78321>. Acesso em: 24 set. 2024.

BRASIL. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: Ministério da Educação, 2018.

BRASIL. *Guia alimentar para a população brasileira*. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CARVALHO, Sérgio Resende. Os múltiplos sentidos da categoria "empowerment" no projeto de promoção à saúde. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 4, p. 1088-1095, 2004. Disponível em: <https://cadernos.ensp.fiocruz.br/ojs/index.php/csp/article/view/2212/4416>. Acesso em: 24 set. 2024.

CASTRO, Josué de. *Geografia da fome: a fome no Brasil*. Rio de Janeiro: O Cruzeiro, 1946.

COELHO, Denise Eugenia Pereira; BÓGUS, Cláudia Maria. Vivências de plantar e comer: a horta escolar como prática educativa, sob a perspectiva dos educadores. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 25, n. 3, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902016149487>. Acesso em: 24 set. 2024.

DESMARAIS, Annette Aurélie. *A via campesina*. São Paulo: Expressão Popular, 2013.

ESTEVE, Esther Vivas. *O negócio da comida: quem controla nossa alimentação?* São Paulo: Expressão Popular, 2017.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia do oprimido* (edição especial). Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

KINUPP, Valdely Ferreira; LORENZI, Harri. *Plantas alimentícias não convencionais (PANCs) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas*. Nova Odessa: Jardim Botânico Plantarum, 2021.

LA BLACHE, Paul Vidal de. *Princípios de Geografia Humana*. 2. ed. Lisboa: Cosmos, 1954.

LÉVY, Pierre. *Cibercultura*. São Paulo: Editora 34, 1999.

MEIRELES, Cecília; CASTRO, Josué de. *A festa das letras*. São Paulo: Global, 2015.

PEREIRA, Silvia Elaine; NOGUEIRA, Carla; RAMALHO, Andréa. Fome oculta e obesidade. In: RAMALHO, Andréa. *Fome oculta e doenças crônicas*. São Paulo: Atheneu, 2014.

PORTO-GONÇALVES, Carlos Walter. *A globalização da natureza e a natureza da globalização*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

SILVA, Elizabete Cristina Ribeiro *et al.* Hortas Escolares: possibilidades de anunciar e denunciar invisibilidades nas práticas educativas sobre alimentação e saúde. *Alexandria: Revista de Educação em Ciência e Tecnologia*, Florianópolis, v. 8, n. 1, p. 265-288, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/alexandria/article/view/1982-5153.2015v8n1p265/29308>. Acesso em: 24 set. 2024.

VRADIS, Antonis *et al.* *Favela resistência e luta pela soberania alimentar*. Rio de Janeiro: Consequência Editora, 2021.

WILKINSON, John. *O mundo dos alimentos em transformação*.
Curitiba: Appris, 2023.