

O uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) em uma Unidade Básica de Saúde do município de São José dos Campos, São Paulo, Brasil

The use of Unconventional Food Plants (PANCs) in a Basic Health Unit in the city of São José dos Campos, São Paulo, Brazil

Antonio Sérgio Mathias¹, Ana Luiza Reis Lobo Carrera², Andressa Couto Ranu², Fernanda Klein Gomes¹, Julia Garcia Senamo², Lara Orione Borges¹, Luana Nepomuceno Graglia Cipolli Fernandes², Denise Carvalho da Silva Serrano¹, Alessandra Acosta Cristo Viegas³, Marta Lisiane Pereira Pinto de Carvalho¹

¹Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos, São José dos Campos, São Paulo, Brasil. ²Centro Universitário São Camilo, São Paulo, São Paulo, Brasil. ³Universidade de Brasília. Brasília, Distrito Federal, Brasil. *Autor para correspondência. E-mail: antoniosergio.mathias@hotmail.com

Resumo: Introdução: Desde os tempos pré-históricos os homens utilizam as plantas para fins alimentícios, nos dias de hoje, apresentam uma opção de subsistência para as comunidades rurais. As plantas alimentícias não convencionais (PANCs), são plantas não habituais, sem cadeia reprodutiva marcada e não encontrada facilmente em supermercados, porém o seu consumo é importante devido ao alto valor nutricional. Relato de experiência: Tendo em vista a grande variedade de PANCs em uma região de São José dos Campos, foi instaurado uma tabela a fim de incentivar o consumo. Discussão: Este relato de experiência trouxe um retorno positivo apesar de não ser utilizado ferramentas qualitativas para mensurar resultados, a liberação da tabela para os moradores vinculados à UBS da Zona Norte no município de São José dos Campos foi benéfica e bem aceita pela comunidade.

Palavras-chaves: unidade básica de saúde, divulgação, natureza.

Abstract: Introduction: Since prehistoric times men have used plants for food purposes, nowadays, they present a subsistence option for rural communities. Unconventional food plants (PANCs) are unusual plants, without a marked reproductive chain and not easily found in supermarkets, but their consumption is important due to their high nutritional value. Experience report: In view of the wide variety of PANCs in a region of São José dos Campos, a table was established in order to encourage consumption. Discussion: This experience report brought a positive return despite not using qualitative tools to measure results, the release of the table for residents linked to the UBS of the North Zone in the municipality of São José dos Campos was beneficial and well accepted by the community.

Keywords: basic health unit, disclosure, nature.

Introdução

O Brasil é um extenso país que apresenta uma vasta diversidade biológica, alojando cerca de 46.097 espécies próprias de plantas, porém o conhecimento sobre a biodiversidade brasileira é escasso (Tuler et al., 2019). Desde os tempos pré-históricos, os homens utilizam as plantas para fins alimentícios, e nos dias de hoje, apresentam uma opção de subsistência para as comunidades rurais (Barreira et al., 2015)

As plantas alimentícias não convencionais (PANCs), são plantas não habituais, sem cadeia reprodutiva marcada, não encontradas facilmente em supermercados, sendo o seu consumo importante devido ao alto valor nutricional, como por exemplo o peixinho da horta, rico em antioxidantes e com potencial antimicrobiano (Ministério da Agricultura, 2019).

Outro ponto importante é que o cultivo das PANCs contribui para a economia local e regional. Além disso, são plantas de baixo custo e fácil cuidado, crescendo de maneira espontânea (Tuler et al., 2019). O governo do Amazonas, aprovou uma lei que dirige ao poder executivo a criação de um programa de incentivo ao cultivo e comercialização de PANCs no estado do Amazonas (Ministério da Agricultura, 2019). Este programa propicia o crescimento da agricultura familiar e melhora a qualidade de vida dos consumidores. Esta lei não é uma realidade em todo território brasileiro, sendo um país que carece de pesquisa e incentivo em relação às PANCs. (Ministério da Agricultura, 2019; Azevedo, 2018).

Na atualidade, o aumento de doenças crônicas não transmissíveis vêm crescendo associado a modificação dos hábitos alimentares, mudança no padrão de vida e redução do tempo de lazer, esbarrando com o conceito de segurança alimentar, que é o direito de todo cidadão, o acesso à alimentação com quantidade e qualidade digna, sem excluir outras necessidades, assegurando o respeito à diversidade cultural, social, econômica e ambiental (Tuler et., 2019; Brasil, 2015).

Frente a essa nova realidade da população brasileira, torna válido o incentivo por mudanças de hábitos saudáveis a começar pela agricultura familiar com fomento para o cultivo e comercialização de PANCs em todo o território brasileiro. Contudo, tendo em vista o grande número de PANCs em um bairro da Zona Norte no município de São José dos Campos-SP, foi proposto a confecção de um material informativo com o apoio dos agentes comunitários de saúde contendo as principais PANCs do local, abordagem de linguagem fácil e simples para os usuários da Unidade Básica de Saúde e com o objetivo de promover uma oferta alimentar mais diversificada e de melhor valor nutricional, incentivar o cultivo e o consumo da agricultura local, e, promover a preservação das plantas alimentícias não convencionais.

Relato de caso

O presente trabalho, traz a proposta da criação de uma tabela (figura 1) com as principais plantas alimentícias não convencionais (PANCs) da região de uma Unidade Básica de Saúde, localizada na Zona Norte do Município de São José dos Campos - São Paulo - Brasil. A tabela foi redigida por alunos do curso de Medicina que frequentavam a unidade de saúde pelo Programa Integrador da Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos - Humanitas, e complementada com informações nutricionais por acadêmicas de Nutrição do Centro Universitário São Camilo, tendo como base artigos em bases de dados, preferencialmente dos últimos 05 anos, e um livreto disponível pela prefeitura de São José dos Campos.

PLANTAS PARA O CONSUMO PRÓPRIO

PANCs – Plantas Alimentícias Não Convencionais em um Bairro da Zona Norte – SJC/SP
Esta tabela é de caráter informativo, não substitui a consulta médica. Consulte seu médico.

IMAGEM	NOME POPULAR	NOME CIENTÍFICO	PARTES DA PLANTA PARA O CONSUMO	CARACTERÍSTICAS NUTRICIONAIS
	Açafrão da terra/Cúrcuma longa	<i>Crocus sativus</i>	Raiz	Presença de compostos antiinflamatórios e antioxidantes
	Caruru	<i>Amaranthus viridis</i>	Folhas, flores, sementes e ramos	Possui proteína, ferro e zinco. Para indivíduos com cálculos renais, devem ser consumidas moderadamente. Sempre utilizar cozida.
	Capuchinha	<i>Tropaeolum majus</i>	Folhas, flores e sementes	As folhas são ricas em vitamina C e as flores em antioxidantes
	Malvaisco	<i>Malvastrum arboreus</i>	Folhas e flores	Compostos fenólicos, que são antioxidantes
	Ora pro nobis	<i>Pereskia aculeata</i>	Folhas, flores e frutos	Rico em proteína, contém ferro
	Peixinho da horta	<i>Stachys byzantina</i>	Folhas	Contém vitamina C, proteínas e fibras
	Pimenta Rosa	<i>Schinus terebinthifolia</i>	Flores, frutos e caule	Potencial antioxidante e antitumoral
	Taioba	<i>Xanthosoma sagittifolium Schott</i>	Folhas	Contém proteína, Cálcio e Ferro. Para indivíduos com cálculos renais, devem ser consumidas moderadamente. Sempre utilizar cozida.

Figura 1. Tabela com as principais PANCs de uma UBS da Zona Norte do município de São José dos Campos - SP. **Fonte:** Prefeitura Municipal de São José dos Campos. <https://www.sjc.sp.gov.br/noticias/2020/abril/02/pancs-alternativas-para-consumo-de-hortalicas-durante-a-pandemia/>

A tabela possui as imagens das PANCs, o nome científico, o nome popular, partes da planta utilizadas para consumo e as características nutricionais, bem como o seu benefício.

O ponto de início para a criação deste material visual foi com base na vivência dos alunos de medicina durante as visitas domiciliares e a observação de diversas plantas na qual os agentes comunitários de saúde tinham conhecimento e capacitação para orientar o consumo. Os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) da Unidade Básica de Saúde possuem um grande conhecimento sobre a plantação do local, porém este conhecimento necessita ser transmitido de maneira mais explícita e fácil para os moradores locais, para assim a informação ser útil no dia a dia. Tendo em vista que o Bairro do Buquirinha é amplo nestas vegetações, foi discutido com os ACS em diversas visitas domiciliares a respeito do uso das PANCs e então com o auxílio do material proposto pela prefeitura e a pesquisa em bases de dados se viu necessário e benéfico a criação deste material ilustrativo. Ressalta-se que o material não substitui a consulta com o médico, o paciente deve seguir as orientações e prescrições dos profissionais de saúde e consultá-los a respeito das PANCs. O material foi aprovado pela gerente da UBS.

Discussão

Existem diversos estudos em bases de dados a respeito destas plantas, trazendo sobre sua história, benefícios e até contraindicações.

Plantas utilizadas na elaboração do material ilustrativo:

Cúrcuma/açafrão-da-terra de nome científico *Curcuma longa L* é uma planta originária da Índia e do Sudeste da Ásia, sendo introduzida no Brasil nos anos 80. A cúrcuma é constituída por compostos curcuminoides, sendo a curcumina seu principal constituinte. Esta possui como principais potenciais terapêuticos ação anti-inflamatória, antioxidante e neuroprotetora (Marchi et al., 2016).

A ação anti-inflamatória é devido ao efeito sobre a cascata do ácido araquidônico, a ação antioxidante é por conta da diminuição da peroxidação lipídica e do aumento da atividade das enzimas responsáveis pela oxidação ja a ação neuroprotetora, a curcumina ajuda na prevenção da perda neural que ocorre na doença de Alzheimer através do controle e liberação da proteína β -amiloide. *C. Longa L* possui alguns efeitos adversos e contraindicações. Dentre os efeitos adversos, destacam-se a fotossensibilidade em pacientes que fazem uso diário, sendo recomendado utilizar protetor solar e evitar exposição ao sol, as úlceras gástricas também são descritas devido ao uso prolongado e em doses elevadas, sendo, portanto, de uso restrito para aqueles que já apresentam úlceras gástricas e uso cauteloso para os pacientes que possuem histórico pessoal ou familiar de úlceras, e também é neurotóxica quando administrada em doses altas. Já as contraindicações são para gestantes, crianças e lactentes, por ter ação abortiva e para indivíduos que tenham alergia ou sensibilidade aos componentes da planta. Em pacientes que estejam em uso de antiagregantes plaquetários e anticoagulantes aumentando o risco de hemorragia, uma vez que, a Cúrcuma também apresenta efeitos anticoagulantes aumentando a ação sobre as plaquetas, por isso deve ser evitado (Marchi et al., 2016).

Apesar de todos os benefícios dessa planta medicinal, o seu consumo mundial não é conhecido, sendo a Índia o maior produtor e consumidor (Marchi et al., 2016). Marmitt et al. (2016) em seu estudo realizou uma revisão da literatura de 1.139 artigos que abordam o tratamento terapêutico com a planta, destes 44 destacaram o efeito antitumoral.

Do ponto de vista nutricional, se mostra com teores relevantes de magnésio, sódio, cálcio, potássio, fósforo e manganês, o que pode contribuir com a ingestão diária de macro e micronutrientes (Souza, 2019).

Caruru, cujo nome científico é *Amaranthus viridis*, possui composição equilibrada de aminoácidos essenciais, principalmente do triptofano, sendo uma planta de alto teor proteico (Fink. et al., 2018). Além disso, a farinha proveniente de sua folha é isenta de glúten, por isso, pode ser indicada para pacientes que possuem intolerância, sendo utilizado também pelas indústrias de produtos para celíacos (Figueira et al., 2020). No estudo de Luciano et al. (2020), realizado com ratos, induziram a cirrose hepática com uso de Tioacetamida e com a utilização do Caruru, observou-se uma melhora da estrutura hepática nos cortes histológicos, sendo ele um hepatoprotetor. O Caruru foi adotado por chineses, indianos, tailandeses e nepaleses, como uma forma para tratar condições ginecológicas, distúrbios respiratórios, infecções urinárias, diarreia, dor, diabetes e também como diurético. *Amaranthus viridis* também contém alguns metabólitos secundários, como rutina, quercetina, luteína, betacaroteno, visto que são encarregados em combater radicais livres auxiliando no tratamento de doenças. As folhas podem ser consumidas in natura, em refogados e saladas, dispõem de minerais, vitaminas e compostos bioativos. Já as sementes possuem características parecidas com as dos cereais. São abundantes em ácidos graxos, mono e poli-insaturados, com ômega 3 e 6, proteínas e antioxidantes (Silva, 2020).

Dentre os diversos gêneros de *Amaranthus*, a espécie *viridis*, conhecido como caruru de mancha tem sua folha como a parte comestível mais consumida, nela é encontrada vitaminas, minerais e antioxidantes. Alguns estudos demonstram que essa espécie dispõe de atividades contra dislipidemia, antidiabéticas, antioxidantes e cardioprotetoras. Ainda, possui nutrientes aptos para melhorar deficiências nutricionais e metabólitos que são benéficos à saúde e ao corpo humano (Silva, 2020).

A **capuchinha**, *Tropaeolum majus*, é considerada uma importante planta medicinal, ornamental e comestível. Suas flores, parte que costuma ter utilidade, são apimentadas e lembra o agrião, podendo ser utilizadas como decoração de pratos ou em saladas. *T. Majus* é rica em potenciais medicinais como antiespasmódico, antiséptica e estimulante do bulbo capilar (Ebert et al., 2021).

Possui atividade anti-inflamatória devido a presença de uma variedade de compostos bioativos como flavonoides, carotenoides e outros polifenóis presentes em maiores ou menores quantidades conforme a coloração e nutrientes contidos nas plantas. Nas flores de cor amarela é possível encontrar o composto carotenoide luteína, que tem grande destaque por estar relacionado a prevenção de doenças oculares como a catarata, por um outro lado, as flores vermelhas apresentam maior capacidade antioxidante devido a maior quantidade de antocianinas, que se relacionam com a diminuição de riscos de câncer, obesidade e doenças cardiovasculares (Lima, 2017). Além disso, é uma PANC rica em vitamina C e minerais, tais como nitrogênio, enxofre, iodo, flúor, potássio e fosfatos (Ebert et al., 2021).

Outra informação importante é que as flores comestíveis não possuem contraindicação, porém no nosso país, não a tradição do uso das flores na culinária, perdendo a capacidade de ser uma medicação alternativa de baixo custo (Ribeiro et al., 2011).

O **Malvavisco**, de nome científico *Malvaviscus arboreus*, é utilizado na medicina tradicional como anti-inflamatório e no tratamento de patologias bucais e respiratórias. Ademais, o seu chá é ótimo para distúrbios gastrointestinais e possui alto teor de vitaminas A, B, C e K (Cordeiro & Antonio, 2020). Para mais, a flor de Malvavisco possui uma boa fonte de compostos fenólicos e antocianinas responsáveis pela sua atividade antioxidante contribuindo no combate aos radicais livres (Machado et al., 2018).

Pereskia Aculeata, de nome popular **Ora-pro-Nóbis (OPN)** possui valores significativos de aminoácidos essenciais, principalmente do triptofano, um importante precursor de serotonina que atua no humor, sensação de bem estar e na regulação do sono. Diante disso, a OPN é uma ótima fonte de proteína, podendo ser incluída na alimentação da população de forma acessível e saudável (Faria et al., 2019).

A Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável (<https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/RVADS/article/view/3393>) realizou um estudo sensorial referente a aceitação da OPN em indivíduos entre 10 e 76 anos. Para isso foram feitas 10 receitas, sendo elas: biscoito de queijo; bolo de limão; bolo de chocolate, bombom, doce de abóbora; doce de banana, hambúrguer de frango, hambúrguer de suíno; pão de cebola e torta de legumes. Entre eles o doce de banana obteve a menor nota média e o melhor aceito foi o bombom. De forma geral todos os produtos oferecidos foram bem aceitos, uma vez que o índice de aceitabilidade foi maior que 90%.

No estudo de Almeida e Corrêa (2012), após a leitura dos resultados do corpus documental, concluiu-se que a OPN foi associada ao tratamento da anemia ferropriva, osteoporose e constipação intestinal, além disso, o consumo desta hortaliça pela comunidade brasileira, pode melhorar a condição nutricional e renda.

A PANC conhecida como **Peixinho da Horta**, *Stachys byzantina*, pertence à família *Lamiaceae*, é uma hortaliça com o ciclo de vida longo, apresentando características de planta trepadeira, atualmente está se popularizando e cada vez mais presente na mesa do brasileiro (Azevedo, 2018). É de maior teor proteico que a Ora pro Nobis e tem um grande interesse na medicina, pois possui uma atividade significativa antimicrobiana e um potencial elevado de antioxidantes. De acordo com os autores Lopes et al. (2021), *S. byzantina* contém concentrações de aminoácidos sulfurados e aminoácidos essenciais como treonina, triptofano, fenilalanina, tirosina que atendem às necessidades de crianças e adultos estabelecidas pela Organização para Alimentação e Agricultura. Ademais, essa planta tem presença de atividade antioxidante, antiproliferativa, antibacteriana, anti-inflamatória e antitumoral (Lopes et al., 2021).

Pimenta Rosa ou *Schinus terebinthifolius*, também conhecida como Aroeira-Vermelha, possui ação anti-inflamatórias, antiulcerogênica, anticancerígena, cicatrizante e antimicrobiana. Além disso, também possui atividade antioxidante por ser rica em metabólitos secundários como os compostos fenólicos. *S.terebinthifolius* é nativa da América do Sul, porém muito consumida no exterior, principalmente na Europa e em regiões tropicais (Sousa & Oliveira, 2020). É considerada também grande fonte de vitamina C e possui grandes quantidades de fibras, ferro e cálcio (Ministério da Agricultura, 2019). A pimenta rosa é empregue na culinária brasileira na sua forma desidratada e possui um sabor suavemente pungente (Píccolo et al., 2018).

A *Xanthosoma sagittifolium* Schott, conhecida popularmente como **Taioba**, por ser fácil de confundir com a sua espécie tóxica, acaba sendo pouco consumida, mas possui um alto valor nutricional. A espécie não tóxica possui folhas grandes em formato de coração e uma única coloração verde (Wilson et al., 2018). Ademais, essa planta contém grande quantidade de fibras e de minerais (Rodrigues, 2017).

Essa planta também é considerada grande fonte de vitamina A, além disso, o vegetal contém também vitamina C e minerais como ferro, potássio e manganês (Ceasa, 2016).

Considerações finais

Apesar de não ser utilizado ferramentas qualitativas para mensurar resultados, a liberação da tabela para os moradores vinculados à UBS da zona Norte no município de São José dos Campos foi benéfica e bem aceita pela comunidade. Por conversas coloquiais, observa-se que a falta de conhecimento sobre as PANCs e sua forma de preparo, torna difícil o seu consumo, entretanto se vê necessário a estimulação da comunidade, por parte da equipe de saúde do local para melhor orientar e incentivar o uso das PANCs.

Agradecimentos

Agradecemos a toda comunidade e funcionários da região da Unidade Básica de Saúde do Município de São José dos Campos.

Referências

- Almeida, M. E. F. D., & Corrêa, A. D. 2012. Utilization of cacti of the genus *Pereskia* in the human diet in a municipality of Minas Gerais. *Ciência Rural*, 42(4), 751-756.
- Azevedo, T. D. D. 2018. *Propriedades nutricionais, antioxidantes, antimicrobianas e toxicidade preliminar do peixinho da horta (Stachys byzantina K. Koch)*. AcervoDigital da UFPR. Disponível em: <https://doi.org/https://hdl.handle.net/1884/58899>
- Barreira, T. F., Paula Filho, G. X., Rodrigues, V. C. C., Andrade, F. M. C., Santos, R. H. S., Priore, S. E., & Pinheiro-Sant'ana, H. M. 2015. Diversidade e equitabilidade de plantas alimentícias não convencionais na zona rural de Viçosa, Minas Gerais, Brasil. *Revista Brasileira de Plantas Mediciniais*, 17, 964-974.
- Brasil, Ministério da Saúde. 2015.. *Secretaria de Atenção à Saúde. Alimentos regionais brasileiros*. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentos_regionais_brasileiros_2ed.pdf.
- Ceasa (ES). 2016. *Taioba: fonte de Vitaminas A e C*. CEASA. Disponível em: <https://ceasa.es.gov.br/taioba-fonte-de-vitaminas-a-e-c>
- Cordeiro, S. Z., & Antonio, R. C. 2020. Herbário prof. Jorge Pedro Pereira carauta (huni) coleção didática do canto das flores. Disponível em: <http://www.unirio.br/ccbs/ibio/herbariohuni/malvaviscus-arboreus-cav>
- Ebert, E. F., Sivinski, E. A., Pelisser, C., Endres, C. M., & de Mattia, J. L. 2021. Capuchinha (*Tropaeolum majus*) compostos bioativos e sua funcionalidade no organismo. *Research, Society and Development*, 10(16), e05101622623-e05101622623.
- Faria, S., Catunda, K., & Oliveira, L. M. (2021). Análise química de folhas de ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata*). *Saber Científico (1982-792X)*, 8(2), 99-103.
- Figueira, P., Junior, D. M., Santos, G., Zuliani, A., & Bido, G. 2020. Desenvolvimento da PANC *Amaranthus hybridus* L.(caruru-roxo) em diferentes condições. *Enciclopédia Biosfera*, 17(34).
- Fink, S. R., Konzen, R. E., Vieira, S. E., Ordonez, A. M., & Nascimento, C. R. B. (2018). Benefícios das Plantas Alimentícias não Convencionais PANCs: Caruru (*Amaranthus Viridis*), *Moringa Oleífera* Lam. e Ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Mill). *Revista Pleiade*, 12(24), 39-44.
- Lima, I. C. 2017. Vida útil e qualidade de duas espécies de hortaliças não convencionais: capuchinha (*Tropaeolum majus* L.) e Ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata* Miller). Lavras, Mg: Universidade Federal de Lavras.
- Lopes, T. D. A. J., de Sousa, W. G. M., & de Abreu, M. C. 2021. Caracterização de plantas alimentícias não convencionais pertencentes à família lamiaceae baseada em dados bibliográficos. *Biodiversidade*, 20(2).
- Luciano, D. M. B., Fedato, B. N., Vieira, N. M., Peghinelli, V. V., Fujimori, A. S. S., Losilla, M. P. R., ... & Lourenço, M. A. M. 2020. Efeito hepatoprotetor do caruru (*Amaranthus viridis*) no desenvolvimento da

- cirrose hepática alcoólica experimental induzida por tioacetamida. *Brazilian Journal of Development*, 6(8), 54531-54549.
- Machado, A., Azevedo, M. L., & Jacques, A. C. (2018). Atividade antioxidante em Flor de Malvaisco (*Malvaviscus arboreus*). *Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão*, 10(2).
- Marchi, J. P., Tedesco, L., da Cruz Melo, A., Frasson, A. C., França, V. F., Sato, S. W., & Wietzikoski, E. C. 2016. *Curcuma longa* L., o açafrão da terra, e seus benefícios medicinais. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 20(3).
- Marmitt, D. J., Rempel, C., Goetttert, M. I., & Couto, A. 2016. Análise da produção científica do *Curcuma longa* L. (açafrão) em três bases de dados após a criação da RENISUS. *Revista Pan-Amazônica de Saúde*, 7(1), 7-7.
- Ministério da Agricultura. 2019. *Hortaliças PANCs atraem agricultores que querem diversificar produção de alimentos*. (n.d.). Disponível em: https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/noticias/hortaliças-pancs-atraem-a-atencao-de-agricultores-que-querem-diversificar-producao-de-alimentos4.813_19.
- Oliveira, E. F. R. 2017. Composição nutricional e potencial agroalimentar de Plantas alimentícias não convencionais. Dourados, MS: Universidade Federal da Grande Dourados.
- Píccolo, M. P., Batista, J. S. J. L., Carminate, B., Ventorim, L., Pimentel, L. S. A., de Oliveira Pinto, C. L., & Pinto, C. M. F. 2018. Análise fitoquímica e microbiológica de amostras de pimenta-rosa obtidas de propriedades familiares da região norte do Espírito Santo. *Revista Brasileira de Agropecuária Sustentável*, 8(3).
- Ribeiro, W. S., Barbosa, J. A., Costa, L. C., Bruno, R. L. A., Almeida, E. I. B., Silva, K. R. G., ... & Bezerra, A. K. D. 2011. Conservação e fisiologia pós-colheita de folhas de Capuchinha (*Tropaeolum majus* L.). *Revista Brasileira de Plantas Mediciniais*, 13, 598-605.
- Silva, A. D. 2020. *Caracterização química e nutricional do Caruru de Mancha (Amaranthus viridis L.)*. Curitiba, PR: Universidade Federal do Paraná.
- Sousa, C. E. F. P., & Oliveira, D. 2020. *Schinus terebinthifolius Um Antioxidante Natural Como Alimento Funcional e Sua Ação Como Antiviral*. Anais do XII CONFLICT.
- Souza, S. A. 2019. Produtividade agroeconomica e bromatologia das plantas de açafrão da terra em função do cultivo com diferentes números de fileiras e de amontoas. Faculdade de Ciências Agrárias. Dourado, MS: Universidade Federal da Grande Dourados
- Tuler, A. C., Peixoto, A. L., & Silva, N. C. B. D. 2019. Plantas alimentícias não convencionais (PANC) na comunidade rural de São José da Figueira, Durandé, Minas Gerais, Brasil. *Rodriguésia*, 70.
- Wilson, A., Junior, Q., Platinetti, G., Silva, C. J., Alvares, A., Bernicchi, S., ... Oliveira, P. 2018. Processamento de taioba (*Xanthosoma taioba*) para a produção de farinha e utilização em produções gastronômicas. Disponível em: http://www.inicepg.univap.br/cd/INIC_2018/anais/arquivos/RE_0452_0222_01.pdf

Minicurrículo

Antonio Sérgio Mathias. Discente do curso de medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos.

Ana Luiza Reis Lobo Carrera. Discente do curso de nutrição pelo Centro Universitário São Camilo.

Andressa Couto Ranu. Discente do curso de nutrição pelo Centro Universitário São Camilo.

Fernanda Klein Gomes. Discente do curso de medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos.

Julia Garcia Senamo. Discente do curso de nutrição pelo Centro Universitário São Camilo.

Lara Orione Borges. Discente do curso de medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos.

Luana Nepomuceno Graglia Cipolli Fernandes. Discente do curso de nutrição pelo Centro Universitário São Camilo.

Denise Carvalho da Silva Serrano. Bibliotecária graduada pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Bibliotecária responsável pela biblioteca da Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos.

Alessandra Acosta Cristo Viegas. Nutricionista graduada pela Universidade de Brasília - DF, pós-graduada em docência do ensino superior - Faculdade de Tecnologia e Inovação Senac - DF. Mestranda em Saúde Pública - ENSP/FIOCRUZ.

Marta Lisiane Pereira Pinto de Carvalho. Enfermeira graduada pela Universidade de São Paulo, pós-graduada em docência do ensino superior – FAVENI. Preceptora do programa integrador na Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos.

Como citar: Mathias, A.S., Carrera, A.L.R.L., Ranu, A.C., Gomes, F.K., Senamo, J.G., Borges, L.O., Fernandes, L.N.G.C., Serrano, D.C.S., Viegas, A.A.C., & Carvalho, M.L.P.P. 2022. O uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) em uma Unidade Básica de Saúde do município de São José dos Campos, São Paulo, Brasil. *Pubsaúde*, 9, a340. DOI: <https://dx.doi.org/10.31533/pubsaude9.a340>

Recebido: 19 mar. 2022.

Revisado e aceito: 23 mai. 2022.

Conflito de interesse: os autores declaram, em relação aos produtos e companhias descritos nesse artigo, não ter interesses associativos, comerciais, de propriedade ou financeiros que representem conflito de interesse.

Licenciamento: Este artigo é publicado na modalidade Acesso Aberto sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 (CC-BY 4.0).