Agricultoras das hortas comunitárias participam de oficina sobre plantas alimentícias não convencionais

Date : 12-01-2024

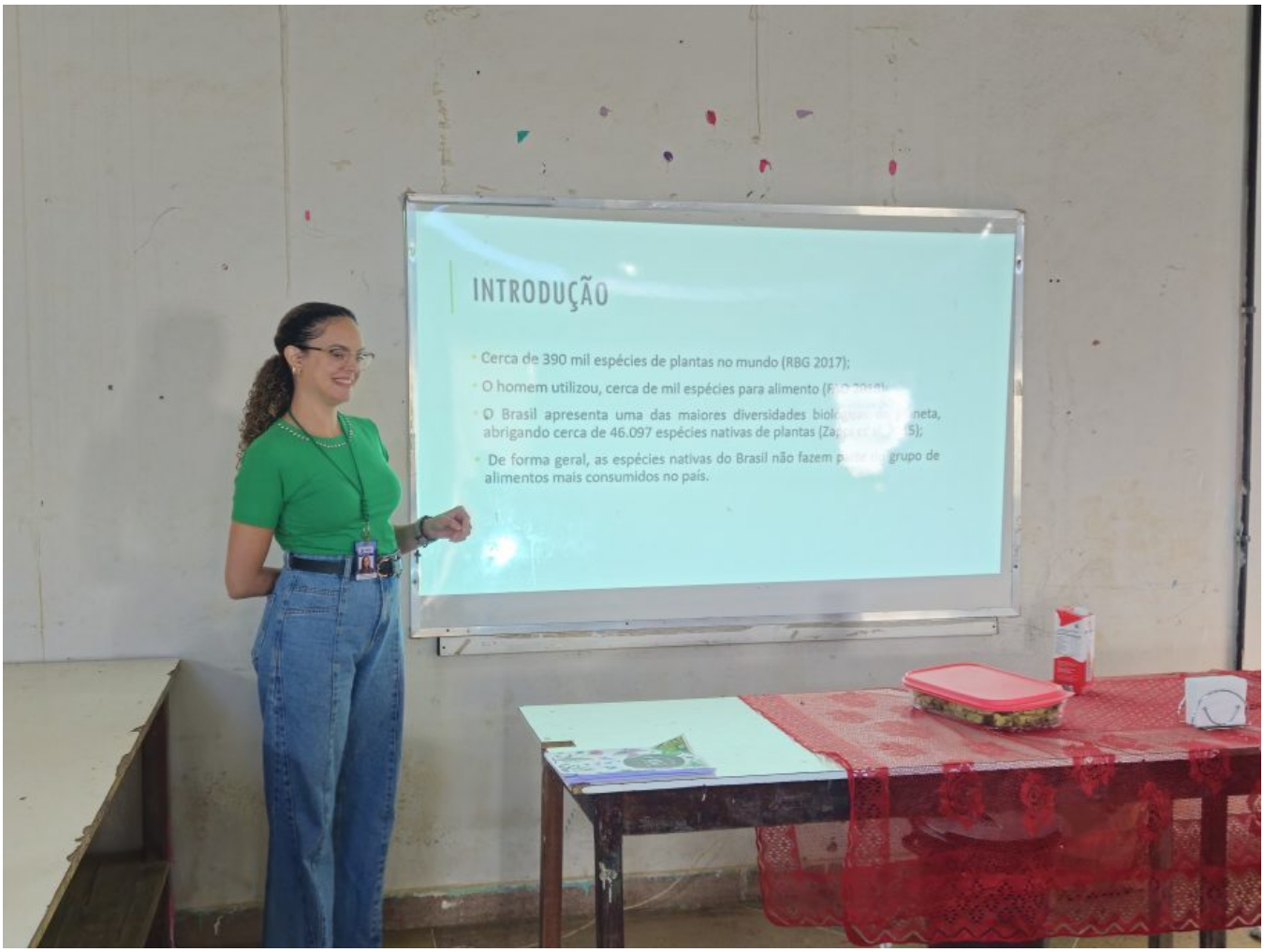
A oficina foi realizada na sede do Cras Jardim Valéria

A Prefeitura de Vitória da Conquista está promovendo oficina de Plantas Alimentícias Não Convencionais, também conhecidas como PANCs, para agricultoras das hortas comunitárias. A ação é desenvolvida pela Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social (Semdes), por meio da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional, com articulação da Secretaria Municipal de Saúde (SMS), através da Vigilância Alimentar e Nutricional.

Nesta quinta-feira (11), a oficina aconteceu na sede do Cras Jardim Valéria, com a presença das agricultoras das hortas do Jardim Valéria, Kadija e usuários do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos do Cras. As PANCs, como o próprio nome sugere, são plantas que aparentemente não são comestíveis, mas que, na verdade, escondem um universo de possibilidades na cozinha.

“Diante de um contexto de crise climática e também alimentar, as plantas alimentícias não convencionais são uma excelente alternativa para uma alimentação saudável e que, muitas vezes, não é conhecida pela população. Além das agricultoras, convidamos as idosas que participam do Serviço de Convivência do Cras, com intuito de apresentar essas plantas para elas, mostrando que são nutritivas e que podem ser uma forma alternativa de renda, já que muitas vezes elas são descartadas”, explicou Karine Barros, coordenadora de Segurança Alimentar e Nutricional.

Karine Barros, com o diretor de Habitação da Semdes, Diego Gomes



Iasmim

Durante a manhã, as agricultoras foram inseridas no universo das PANCs e também puderam ver a execução de uma receita utilizando Ora-pro-nóbis e um refrigerante saudável de laranja. “A ação de hoje está fortalecendo essa parceria entre a Secretaria de Desenvolvimento Social e a Secretaria de Saúde. Estamos apresentando as PANCs para as agricultoras das hortas e as frequentadoras do Cras, para que elas conheçam essas plantas que muitas vezes são descartadas, mesmo sendo nutritivas e saborosas” , afirmou a coordenadora de Vigilância Alimentar e Nutricional, Iasmim Lacerda.

A receita da torta de Ora-pro-nóbis foi preparada pela nutricionista da Secretaria de Saúde, Flávia Chaves, com a ajuda de duas agricultoras que participaram da oficina. Flávia explicou que essa planta é rica em fibras, proteínas e vitaminas, podendo substituir a carne em algumas receitas. “Essa é uma planta que não se utiliza com muita frequência e nem é muito conhecida. Por isso, as pessoas acabam vendo ela mais como uma praga, já que ela nasce de forma espontânea, na maioria das vezes. A oficina de hoje mostrou que essa e outras PANCs tem diversos benefícios para a nossa saúde”, destacou a nutricionista.

Flávia

Giovania

Maria de Fátima

As agricultoras Maria de Fátima Silva e Giovania Castro foram escolhidas para auxiliar a nutricionista durante a execução da receita. “Trabalho na horta do Kadja há cerca de seis anos e, apesar de conhecer algumas das plantas, eu não sabia que elas eram comestíveis e que tinham tantas utilidades. Aprendi muito hoje”, relatou Giovania. Já Maria de Fátima achou as PANCs muito saborosas. “Amei a oficina, a torta estava deliciosa, já tenho um pé de Ora-pro-nóbis, então vou poder refazer a receita na minha casa”.

Nas próximas semanas serão realizadas oficinas com as agricultoras das hortas dos bairros Vila América e Recanto das Águas.

PANCS: PLANTAS

PAIF
PIS SCFV CADÚNICO

PANCS: PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS
Iasmin Lacerda Flôres
Nutricionista e Coordenadora da
Nutricional

Fanplast