



FanBio

A série FanBio apresenta:

vol. 3 (2021)

# Plantas para comer: as aventuras de Liberta e Pânico

Elizabeth Martinez Huergo

Yenifer Carolina Cajas Guaca

Yanina Patricia González Galeano

Laura Cristina Pires Lima



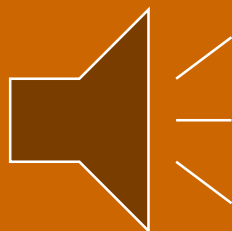
Org.

Giovana Secretti Vendruscolo

Laura Cristina Pires Lima

Hermes José Schmitz

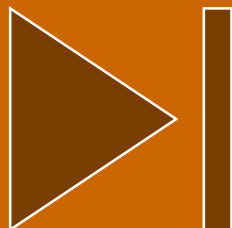
Mariana Cortez



Divulgação científica



Tem curiosidade?



Então leia!!

1º edição

Permite-se a reprodução desta publicação, em parte ou no todo, sem alteração do conteúdo, desde que citada a fonte e sem fins comerciais.

Se você tiver a versão digital deste material, imprima frente e verso, dobre no meio e grampeie. Está pronto!!!

e-mail para contato: fanbiounila@gmail.com

#### Dados para citação

HUERGO, E.M.; GUACA, Y.C.C; GALEANO, Y.P.G.; LIMA, L.C.P. Plantas para comer: as aventuras de Liberta e Pânico. In: VENDRUSCOLO, G.S.V.; LIMA, L.C.P.; SCHMITZ, H.J.; CORTEZ, M. **Série FanBio**. Foz do Iguaçu: PROEX/UNILA, 2021.

Ilustrações: Yenifer Carolina Cajas Guaca

ISBN: 978-65-87650-01-2

1. Literatura infantil. 2. Divulgação científica. 3. Plantas alimentícias não convencionais. 4. Botânica

A Série FanBio (Fanáticos por Biologia) foi idealizada no ano de 2019 por professores da Universidade Federal da Integração Latino-Americana, a UNILA. O objetivo da série é de divulgação científica de temas relacionados à biologia. A maior parte das pesquisas brasileiras são realizadas nas universidades públicas que, por meio da extensão universitária, leva informações científicas para a comunidade.

Os organizadores deste livro são fanáticos por biologia... e você?

Projetos de extensão da UNILA vinculados a este livro:

- ☺ FanBio: Fanáticos por Biologia
- ☺ Herbário Evaldo Buttura, entre Caminhos e Saberes
- ☺ Clube da Evolução
- ☺ Vivendo livros

Hum... Está sentido um cheirinho gostoso de comida? Sou a vovó Victória e estou fazendo um almoço bem diferente, mas muito gostoso! Enquanto preparo o almoço, vou contar a história de algumas plantas que podemos comer, mas não é arroz, alface, nem tomate.

Circule as palavras que você não conhece, que no finalzinho da história eu te explico o significado.





Era uma vez uma plantinha chamada Pânico. Ela nasceu na borda da Floresta Ombrófila Mista, ao lado de árvores enormes, as araucárias.

Um dia, Pânico viu algumas pessoas passeando pela estrada. As pessoas conversavam e uma delas apontou para Pânico e falou: "essas plantinhas são inúteis, não possuem nenhuma utilidade".

Pânico se sentiu triste.

Em um dia de primavera, Pânico percebeu que um inseto voador estava lhe observando e rapidamente falou:

Oi. Eu sou Pânico.  
Você está procurando  
alguém?

Oi. Sou Liberta.  
Sempre estou viajando  
procurando flores.



Ah!  
Você viaja muito, né!?  
Posso te acompanhar?

O inseto voador era uma abelha.

Os cientistas chamam a espécie de Liberta de *Hypanthidium obscurius*.



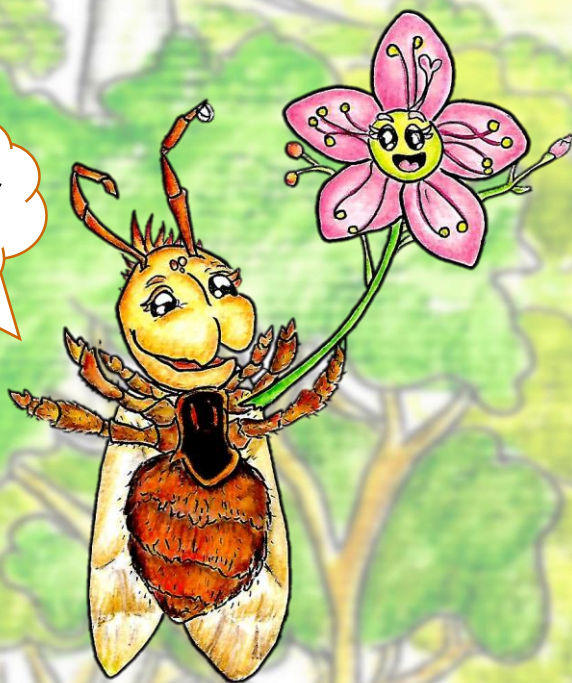
Liberta é uma abelha fêmea, solitária, ou seja, vive sozinha construindo ninhos onde irão se desenvolver suas crias.

Ela é nativa do Brasil e não se conhece seu ninho, mas tem outras espécies próximas dela que fazem o ninho em cavidades já existentes.



Liberta prontamente aceitou a proposta. Cortou cuidadosamente o pendão floral de Pânico e agora estavam prontos para seguir viagem.

Posso te mostrar  
muitos lugares  
legais.

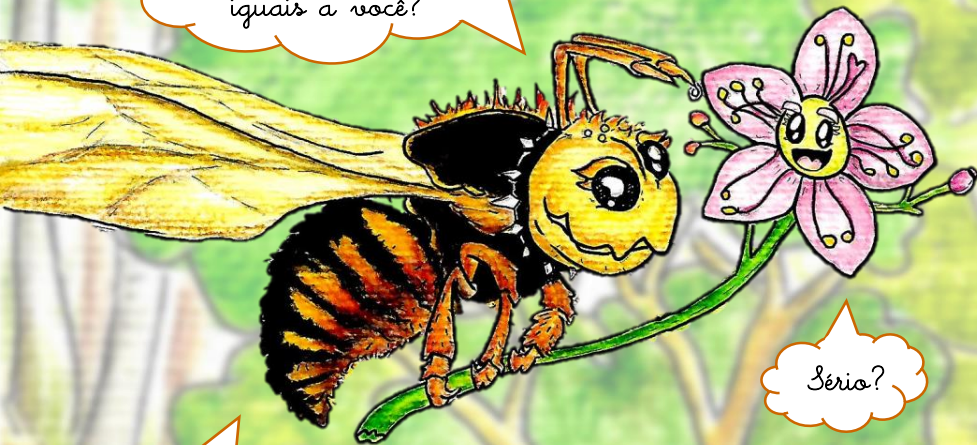




Liberta contou para Pânico que ela era chamada de PANC.



Você sabia que eu já vi muitas plantas iguais a você?



Sério?

Sim. Nas paradas de ônibus, calçadas, em algumas hortas e até em cima de grandes árvores!  
E pessoas sábias do campo e botânicos te chamam de PANC.

Pânico descobriu que era uma planta muito importante.

PANC? O que é isto?

PANC é a sigla para plantas alimentícias não convencionais.

Hum! Então as pessoas que falavam mal de mim nem sabiam que podiam me comer!



As PANC não são plantas usadas no nosso dia-a-dia e geralmente não são encontradas nos mercados.

São plantas que podem crescer naturalmente em hortas ou outros lugares não esperados.

Algumas pessoas e até mesmo outros animais utilizam partes destas plantas na sua alimentação.

Por exemplo:

*Epiphyllum phyllanthus*  
pitainha

Epífita encontradas em árvores.

Parte comestível: frutos maduros.



*Pereskia aculeata*  
ora-pro-nobis

Pequeno arbusto apoiante.

Partes comestíveis: folhas, flores e frutos maduros.



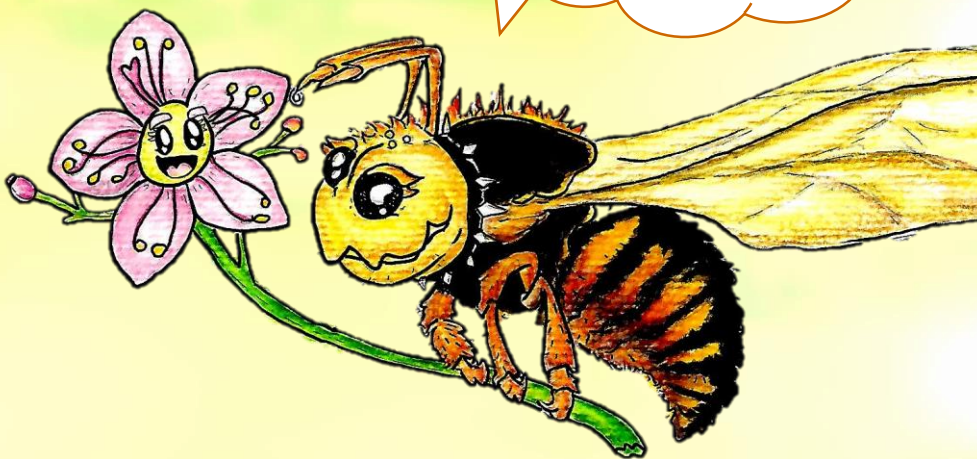
*Curcuma zedoaria*  
açafraão

Erva com um caule tipo rizoma.  
Parte comestível: rizomas.



Uau! Então sou  
uma PANC e  
ajudo pessoas  
e outros animais?

Sim!  
Muitos animais gostam de  
se alimentar de vocês, como  
morcegos e gambás.



Pânico também descobriu, que assim como a maioria das outras PANC, era uma planta muito resistente.

Que flores mais lindas e que cheiro maravilhoso!

Olha, Liberta, este lugar está alagado!  
Tem PANC em locais alagados?



Sim!  
As PANC conseguem viver em diferentes ambientes, até em locais alagados, como o lírio-do-brejo.

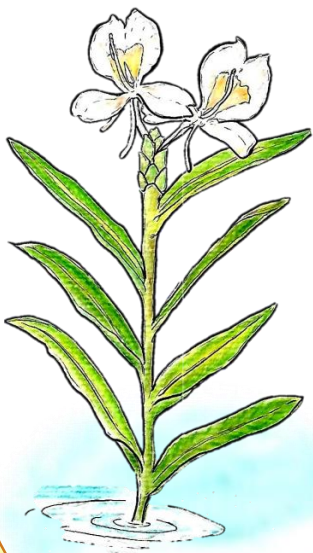


Este é o lírio-do-brejo. Os cientistas a chamam de *Hedychium coronarium*.

É uma erva que vive em ambientes úmidos, margem de rios e canais de drenagem.

Esta planta é exótica e é bem comum em quase todo o território brasileiro.

As flores e o rizoma são comestíveis.



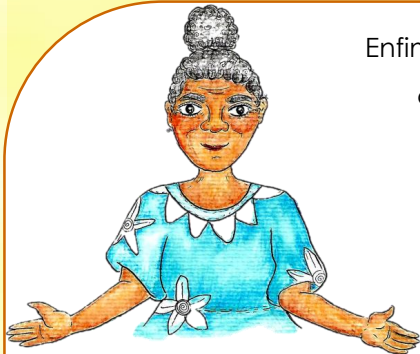
Ao passarem por uma horta, Pânico conheceu mais uma PANC e percebeu que algumas delas possuem importância agroecológica.



Esta é a serralha,  
ela também é uma  
PANC.

A serralha tem a função  
de atrair os bichinhos,  
evitando com que eles ataquem  
as hortaliças. Assim  
funciona a agroecologia.





Enfim, Liberta e Pânico finalmente chegaram a minha horta!

A serralha (*Sonchus oleraceus*) é uma erva que pode ser encontrada em terrenos baldios, beira de estradas e nos quintais e hortas das nossas casas.

É uma planta nativa do Brasil.

As partes comestíveis são as folhas.

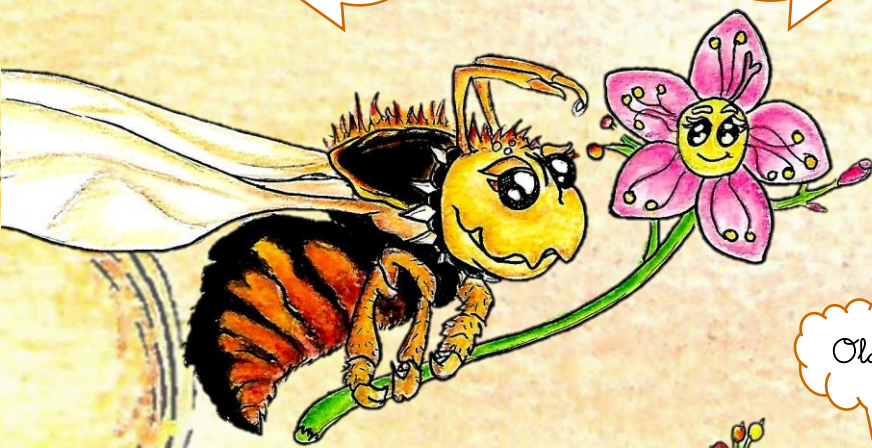




Finalmente, Pânico encontrou  
outras plantas da mesma espécie.

Veja Pânico, elas  
são iguais a você!?

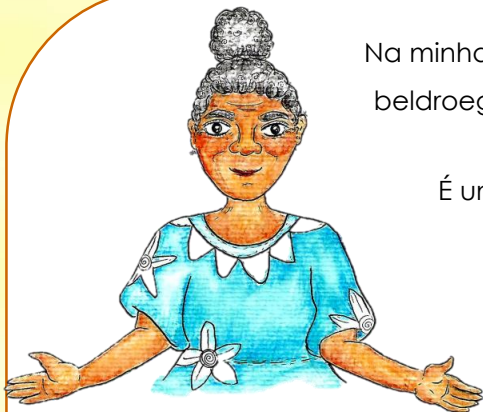
São mesmo! Não sabia  
que havia mais plantas  
como eu.



Olá!

Somos chamadas  
popularmente de  
beldroega.





Na minha horta também tem muitas beldroegas (*Talinum paniculatum*).

É uma planta nativa do Brasil.

As partes comestíveis são as folhas.

Ela é uma erva que nasce naturalmente nas bordas de florestas, em terrenos baldios, beiras de estradas e até na minha horta.





Agora Pânico encontrou o seu lugar.  
Liberta largou Pânico no chão junto com  
suas novas amigas beldroegas.

Pânico vai se decompor adubando a  
terra e suas sementes vão germinar e  
formar novas beldroegas.



Mas depois de percorrer tantos lugares,  
Liberta lembrou que não tinha coletado  
nada para levar para o ninho.

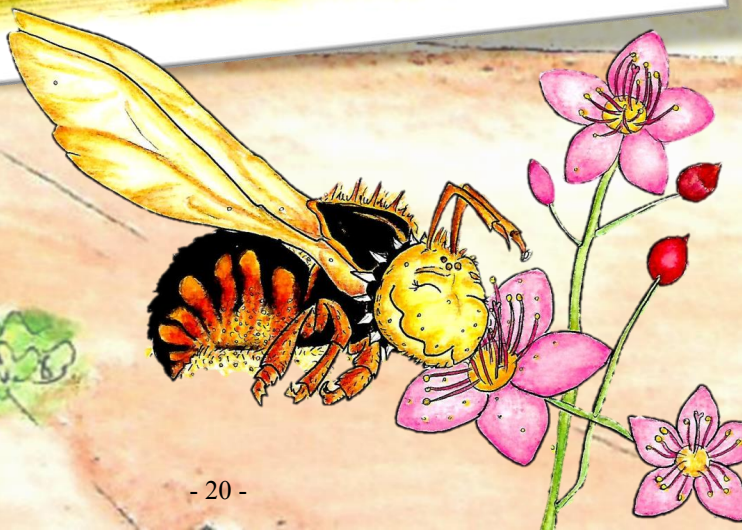
Nós temos pólen.  
Serve?



Por fim, Liberta coletou pólen das beldroegas, se despediu e voltou para o seu ninho.

Mas Liberta nem imaginava que também era importante para as plantas.

Ao coletar pólen e/ou néctar, Liberta fazia a polinização, ajudando na reprodução das plantas.



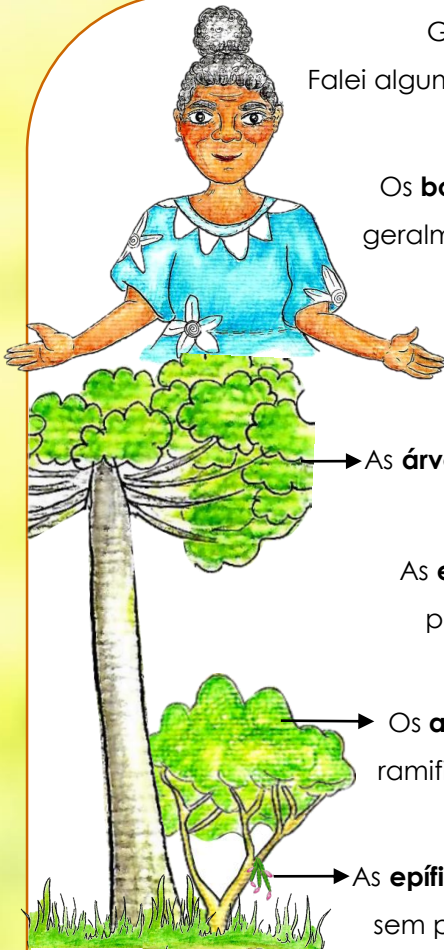
Gostou da história?

Falei algumas palavras diferentes né?

Agora vou explicar algumas delas:

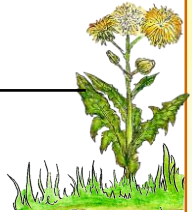
Os **botânicos** ou **botânicas** são pessoas que geralmente se formam em Ciências Biológicas e se especializam em plantas.

Eles dividem as plantas quanto ao seu hábito: ervas, arbustos, árvores e epífitas.



As **árvores** são lenhosas e altas.

As **ervas** não são lenhosas e possuem o caule verde.



Os **arbustos** também são lenhosos, mas se ramificam a partir da base e não formam o tronco.

As **epífitas** crescem em cima de outras plantas, sem parasitar. Muitas orquídeas são epífitas.

As plantas geralmente possuem raízes, caule, folhas, flores e frutos. O **pendão floral** é o eixo que sustenta o conjunto de flores.

Algumas destas partes das plantas podem ser modificadas, por exemplo o rizoma. O **rizoma** é um caule subterrâneo, que cresce paralelo ao chão, produzindo folhas e/ou ramos nas laterais.





AS PANC podem se estabelecer em diferentes ambientes, tanto em florestas e campos quanto em ambientes proporcionados pelas pessoas.

A **Floresta Ombrófila Mista** é um tipo de floresta nativa no sul do Brasil.

Ela é chamada de ombrófila ("amiga da chuva") por ser úmida e mista porque tem araucárias.



A **araucária** (*Araucaria angustifolia*) é uma árvore grande, nativa e é dela que obtemos o pinhão.

**Nativa** é a espécie que ocorre naturalmente em um local, devendo sua presença na área à sua própria capacidade de dispersão e competência ecológica.

Já, a espécie **exótica** é a que não ocorre em uma região sem ser levada pelas pessoas, de forma intencional ou acidental.

Muitas pessoas têm espaços para cultivo de plantas, algumas vezes com cultivo **agroecológico**, onde não são utilizados agrotóxicos.

Floresta Ombrófila Mista

## **SOBRE O FANZINE**

Vovó Victória foi inspirada em uma mulher descendente indígena e afrodescendente, que simboliza a miscigenação e diversidade de muitos lares da América Latina. A vovó também remete a memória afetiva de alimentação saudável e da contação de histórias. Pânico é uma PANC nativa que cresce em ambientes alterados e é geralmente vista pelas pessoas como sem utilidade. Pânico descobre seu valor como planta alimentícia, a partir das aventuras feitas com Liberta, uma abelha nativa, que ama a liberdade e a busca pelo conhecimento.

## **SOBRE AS AUTORAS**

Elizabeth M. Huergo e Yenifer Carolina C. Guaca são colombianas, estudantes do curso de Ciências Biológicas: Ecologia e Biodiversidade da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA). Elizabeth começou a estudar PANC durante a pesquisa científica. Yenifer tem o olhar da Biologia a partir da arte e é bolsista do projeto FanBio.

Yanina Patricia G. Galeano é paraguaia e bióloga formada pela UNILA. Começou na Botânica através do estágio no Herbário EVB, depois atuou em projetos de extensão e pesquisou epífitas urbanas em seu TCC.

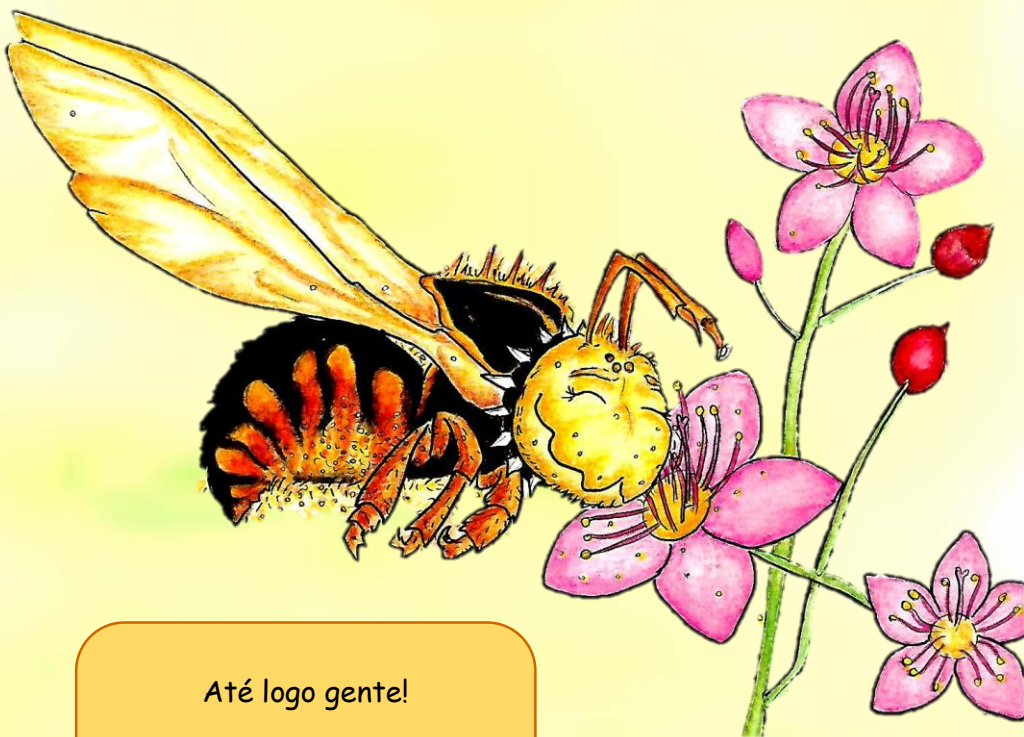
Laura Cristina P. Lima é brasileira, botânica e docente da UNILA. Ela é Fanática por Biologia e reconhece a importância e necessidade da extensão universitária como uma forma de retorno do conhecimento produzido para a Sociedade, promovendo assim a alfabetização científica.

## **O NOSSO MUITO OBRIGADO**

Ao professor Fernando Cesar Vieira Zanella pelo auxílio na descrição de Liberta.

À PRPPG pelo aprovação do projeto de IC voluntário.

À PROEX pelo financiamento do projeto FanBio: Fanáticos por Biologia.



Até logo gente!

A série FanBio está preparando  
outros volumes para você!