

PANC ORA-PRO-NÓBIS (*Pereskia aculeata* miller): UMA BREVE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

KENNIA MENDES PRIETSCH¹; ELIZANGELA GONÇALVES DE OLIVEIRA²

¹ Discente do Curso de Especialização em Ciência de Alimentos, Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – kenniaprietsch@hotmail.com

² Docente do Centro de Ciências Químicas, Farmacêuticas e de Alimentos (CCQFA), Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – elizangelagoliveira1@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

As PANC (plantas alimentícias não convencionais) são excelentes fontes de nutrientes, possuem ação antioxidante e anti-inflamatórias, podendo ser consumidas *in natura*, cozidas ou industrializadas (LIBERATO, 2019).

A ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* miller) é um cacto pertence à família *Cactaceae* e à subfamília *Pereskioideae*, nativa da América do Sul (PINTO et al. 2015; SILVA et al. 2017). A ora-pro-nóbis é encontrada no Brasil nas regiões Sul, Sudeste e Nordeste do país (KINUPP; LORENZI, 2014). Sendo mais culturalmente conhecida e consumida no estado de Minas Gerais (QUEIROZ, 2015) e na região metropolitana de Porto Alegre (KINUPP, 2007).

A ora-pro-nóbis é indicada para o consumo pois contém grande quantidade de proteínas, vitamina C, triptofano, fibras e minerais auxiliando assim na nutrição. Também há antioxidantes presentes, que auxiliam na prevenção de doenças crônicas, no combate a processos inflamatórios, na redução do colesterol e diabetes (TAKEITI, 2009).

O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão bibliográfica sobre a PANC ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* miller), identificando composição química e conhecer os produtos que estão elaborados a partir dessa PANC.

2. METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa sobre a ora-pro-nóbis, sua composição química e aplicações em produtos alimentícios. Para a seleção dos artigos, foram pesquisadas as seguintes palavras-chave: *Pereskia aculeata miller*, ora-pro-nóbis e PANC. Foram utilizadas as bases de dados: Periódicos Capes, Google Scholar, *Science direct*, teses, dissertações e livros técnicos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta a composição dos macronutrientes das folhas de ora-pro-nóbis secas desidratadas por diferentes autores. A ora-pro-nóbis é conhecida pelo seu conteúdo protéico, em torno de 25% de proteína (em base seca) na sua composição e isso pode ser observado nos vários trabalhos utilizados para realizar esta revisão. Outro aspecto positivo da ora-pro-nóbis é a baixa quantidade de lipídios, podendo ser utilizadas em dietas hipocalóricas e com restrição de lipídios.

Tabela 1: Composição macronutrientes e fibras das folhas de ora-pro-nóbis em 100g de folhas secas/desidratadas.

	Composição			
	Proteínas	Fibras totais	Lipídeos	Carboidratos
ALMEIDA et al. 2014	28,99±0,59**	21,60 ±0,82*	5,07 ±0,15*	29,53±1,28*
RODRIGUES et al. 2015	18,95±**	31,40±**	4,01±**	15,28±**
MARTINEVSKI et al. 2014	20,10±**	39,27±**	2,07±**	24,80±**
MARINELLI 2016	24,17±0,98*	32,80±1,88*	3,71±0,16*	48,39±0,96*
SANTANA 2018	27,6±**	28,70±**	10,34±**	**
TAKIETI 2009	20,10±**	39,27±**	2,07±**	24,80±**

*Valores médios ± desvio padrão.

** Não informado.

A ora-pro-nóbis pode ser consumida de diversas maneiras, seja crua ou refogada e também adicionada na elaboração de diversos pratos, como por exemplo, em saladas, sopas e tortas. A seguir são apresentados alguns exemplos de produtos desenvolvidos com ora-pro-nóbis que a literatura reporta.

SILVA et al. (2014) elaboraram “cupcakes” de chocolate adicionados de farinha da ora-pro-nóbis e inulina, para ter o enriquecimento do cupcake com aumento do teor proteínas, ferro e fibras.

DE MATTOS et al. (2018) elaboraram um biscoito do tipo “cookies” sabor chocolate adicionado de farinha de ora-pro-nóbis. Foram realizadas três formulações: os “cookies” sem a farinha (controle), com substituição de 25% pela farinha de ora-pro-nóbis e com substituição de 50% pela farinha de ora-pro-nóbis.

JESUS e REGES (2019), elaboraram 10 produtos alimentícios adicionados de ora-pro-nóbis utilizando a folha, talo e a farinha. Os produtos elaborados foram macarrão, frango, pão, polenta, bolo de chocolate, brigadeiro, bolo tradicional, pudim e sorvete. Para verificar a aceitabilidade dos produtos foi aplicada uma análise sensorial e teste de escala hedônica para avaliar sabor, textura, aroma, aparência cor e aceitação global, com 80 alunos da Universidade Estadual de Goiás. Os resultados mostraram uma forte aceitação dos produtos com a farinha de ora-pro-nóbis, pois a aceitabilidade foi superior a 70% na maioria dos produtos.

KUHN et al. (2019) desenvolveram uma massa de pizza sem glúten enriquecida com farinha de ora-pro-nóbis e painço, utilizando 20% de farinha de ora-pro-nóbis e 20% de farinha painço. Para verificar a aceitabilidade da massa, foi aplicado uma análise sensorial e a aceitabilidade dos participantes foi alta, acima de 70% em todos os atributos avaliados.

4. CONCLUSÕES

Após a revisão bibliográfica foi possível concluir que há um grande potencial na aplicação da PANC ora-pro-nóbis na alimentação humana. A ora-pro-nóbis pode ser utilizada em dietas com restrição lipídica, pela baixa presença de

deste macronutriente nos estudos. A sua funcionalidade está associada a elevada quantidade de fibras alimentares presente na composição da farinha. A presente revisão também mostrou que há grande aceitação pelos consumidores como foram observados nas análises sensoriais dos produtos, porém em quantidades pequenas na composição, facilitando a sua inserção no mercado e também na produção de novos produtos, abrindo assim maiores possibilidades de uso no setor agroindustrial. Portanto, é de suma importância que se continue pesquisando esta PANC, a fim de verificar as possibilidades de aplicações industriais e/ou em menor escala de modo a aumentar a variedade de alimentos na alimentação humana.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DE MATTOS, L.A., LOS, P.R., SIMÕES, D.R.S. Análise sensorial de biscoito tipo cookie sabor chocolate adicionado de ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*), 2018. In: **XXVII ENCONTRO ANUAL DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA, VI ENCONTRO ANUAL DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA JÚNIOR**, 2018, Ponta Grossa, PR.

JESUS, M.N., REGES, J.T. DE A. Ora-pro-nóbis: saberes e novas oportunidades. **Segurança alimentar e nutricional**, v. 26, p1-11, 2019.

KINUPP, V.F. **Plantas alimentícias não-convencionais da região metropolitana de porto alegre, RS**. 2007. 590 f. Tese (Doutorado em Fitotecnia)- Faculdade de agronomia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

KINUPP, V. F. LORENZI, H. **Plantas alimentícias não-convencionais (PANC) no Brasil**. Brasil: Nova Odessa, 2014.

KUHN, K.C. **Aceitabilidade de uma pizza desenvolvida a partir de massa enriquecida com farinha de ora-pro-nóbis (*pereskia aculeata* mill.) e painço (*panicum miliaceum*) por indivíduos frequentadores de um restaurante vegetariano do município de Foz do Iguaçu/PR**. 20018. 18f. Trabalho de conclusão de curso. Bacharelado em Nutrição, Faculdade União das Américas.

LIBERATO, P. S.; DE LIMA, A. V.; DA SILVA, G. M. B. PANCs - Plantas alimentícias não convencionais e seus benefícios nutricionais. **Environmental Smoke**, v. 2, n. 2, p. 102-111, 2019.

QUEIROZ, C. R. A. A.; LAÍS, F.; GOMES, L. B. DE P.; MELO, C. M. T.; DE ANDRADE, R. R. Ora-pro-nóbis em uso alimentar humano: percepção sensorial. **Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável**, v.10, n.3, p. 01-05, 2015.

SILVA, C. C. A. et al. Elaboração de cupcakes adiconados de farinha de ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Mill) e inulina. **VII semana de ciência e Tecnologia Instituto Federal de Minas Gerais – Campus Bambui**, 2014.

TAKEITI, C.Y., ANTONIO, G.C., MOTTA, E.M., COLLARES-QUEIROZ, F.P., PARK, K.J. Nutritive evaluation of a non-conventional leafy vegetable (*Pereskia aculeata* Miller). **International Journal of Food Sciences and Nutrition**, v.60, p.148-160, 2009.