



## **RELATO DE EXPERIÊNCIA: OFICINA SOBRE HORTALIÇAS NÃO CONVENCIONAIS E ENSINO DE CIÊNCIAS**

Caroline Klesse Aguiar<sup>1</sup>; Cleiciane Antunes Duque<sup>1</sup>; Karinna Andressa da Silva<sup>1</sup>; Joice Naiara Soares da Silva<sup>1</sup>; Dayse Iara Ferreira de Oliveira<sup>2</sup>.

*1-Instituto Federal de Mato Grosso, Licenciatura em Ciências da Natureza, Campus São Vicente, Centro de Referência de Jaciara - MT. [lorac\\_klesse@hotmail.com](mailto:lorac_klesse@hotmail.com), [cleicidduque@gmail.com](mailto:cleicidduque@gmail.com), [karinna.andressa95@gmail.com](mailto:karinna.andressa95@gmail.com), [joicejhulye@gmail.com](mailto:joicejhulye@gmail.com).*

*2- Professora Mestre do Instituto Federal de Mato Grosso, Licenciatura em Ciências da Natureza, Campus São Vicente, Centro de Referência de Jaciara – MT. [dayse.oliveira@svc.ifmt.edu.br](mailto:dayse.oliveira@svc.ifmt.edu.br).*

**Resumo:** Para construção e desenvolvimento da oficina foram estudadas, as hortaliças não convencionais. Associamos o tema Hortaliças Não convencionais aos conteúdos da disciplina de Ciências, visando à formação pedagógica através de um trabalho interdisciplinar, envolvendo a questão cultural e os hábitos alimentares que foram modificados ao longo do tempo. Com isso nossos objetivos foram buscar resgatar o valor sociocultural das hortaliças não convencionais e a apresentar seus valores nutricionais que são elevados. Nesse contexto, a valorização e preservação das hortaliças não convencionais são de suma importância para não se perder nutrientes essenciais para a população. Ou seja, enfatizar e salientar reconhecer o valor social e cultural da sociedade brasileira é extremamente relevante, tendo em vista que o conhecimento da maioria dessas hortaliças não convencionais foram passados de gerações para gerações, onde o perigo é evidente de se perder uma herança por falta de utilização da população. No primeiro momento, foi apresentado um teatro, no segundo momento, explicou-se o aspecto cultural, nutricional e o resgate sociocultural dessas hortaliças não convencionais e no terceiro momento foram distribuídas para degustação algumas receitas contendo hortaliças tradicionais. Com isso, ao final do evento, foi aplicado um questionário para que avaliassem a oficina e os conhecimentos construídos com as opções ruim, regular, bom e ótimo. Além disso, observamos que a oficina foi um meio de resgatar as riquezas da nossa região e de transformar não só as discentes, mas também todos os presentes através da conscientização e sensibilização, envolvendo e contando com a atenção dos estudantes. Portanto, com a oficina tivemos a oportunidade de mostrar o valor das hortaliças da nossa região como patrimônio sociocultural.

**Palavras-chave:** Hortaliças não convencionais, Sociocultural, Valores nutricionais.

### **INTRODUÇÃO**

A oficina foi realizada no Instituto Federal do Mato Grosso, Centro de Referência de Jaciara, no curso de Licenciatura em Ciências da Natureza no ano de 2016, como finalização das disciplinas de Estágio I e Didática e Práticas Interdisciplinares. Associamos o tema Hortaliças Não convencionais aos conteúdos da disciplina de Ciências, visando à formação pedagógica através de um trabalho interdisciplinar, envolvendo a questão cultural e os hábitos alimentares que foram modificados ao longo do tempo. Nesse contexto, os objetivos desse trabalho foram buscar resgatar



o valor sócio-cultural das hortaliças não convencionais e a apresentar seus valores nutricionais que são elevados.

As hortaliças não convencionais são aquelas que foram deixadas de serem usadas pelo povo, mas que já teve uma grande utilidade na alimentação das famílias tradicionais de vários locais do país (BRASIL, 2010). Essas hortaliças são muitas vezes confundidas como daninhas, aquelas plantas que nascem em nossos quintais e por falta de conhecimento consideramos apenas mato.

De acordo com Kinupp (2009), as riquezas das hortaliças não convencionais em localidades necessitam ser mais exploradas em relação à investigação e disseminação. O consumo de hortaliças de modo geral, convencionais ou não convencionais traz vários benefícios para a saúde, por serem de fácil digestão, auxilia na saciedade e fornece água e nutrientes indispensáveis para o bom funcionamento do corpo. Ou seja, os valores nutricionais das plantas diversificam de acordo com a espécie por apresentar uma quantidade significativa de teores nutricionais como vitaminas, sais minerais, carboidratos, fibras além de substâncias funcionais.

A valorização e preservação das hortaliças não convencionais são de suma importância para não se perder nutrientes essenciais para a população. Além disso, enfatizar e salientar reconhecer o valor social e cultural da sociedade brasileira é extremamente relevante, tendo em vista que o conhecimento da maioria dessas hortaliças não convencionais foram passados de gerações para gerações, onde o perigo é evidente de se perder uma herança por falta de utilização da população, onde um dia foram alimentos tradicionais entre as famílias. Logo, é relevante à busca do resgate dessas hortaliças para que evite o processo de extinção de algumas espécies como: araruta, mangarito e jacatupé (BRASIL, 2010).

Além da importância do incentivo sobre a conscientização da identidade cultural de uma civilização. Também é evidente que nos dias de hoje o estímulo em busca de uma vida saudável, como a procura por mercadorias de procedência conhecida e que colaborem para proteção do meio ambiente é frequente (KINUPP, 2009).

As hortaliças não convencionais possuem uma grande importância econômica e ecológica. Portanto, é de suma importância à valorização do patrimônio sócio-cultural, pois a cultura é o maior patrimônio de um estado (BRASIL, 2010).

Nesse sentido, as hortaliças não convencionais que existem no entorno da cidade de Jaciara trazem vários benefícios para o bom funcionamento do nosso organismo, apresentam baixo nível calórico e alto valor nutricional. Um exemplo é a *Xanthosoma sagittifolium* (taioba), suas folhas são utilizadas principalmente na parte da culinária, pois possui vitamina A, B e C que é mais abundante,



e sais minerais como o cálcio, ferro e fósforo. Ou seja, sem esses nutrientes no nosso organismo ficamos mais frágeis e sujeito de doenças como anemia, osteoporose e baixa imunidade. Não podemos consumi-la crua, devido apresentar toxinas que podem irritar a garganta, deve ser pré-cozida ou cozida antes de ser consumida e seus valores nutricionais continuam sendo os mesmo.

A oficina visou à interação com o público, com o fim de levar conhecimentos como cultura, resgate e teor nutricional, estimulando assim a construção de saberes juntamente com os participantes para que estes possam ser utilizados no dia a dia das pessoas. A elaboração da prática participativa enfatiza a relevância de trabalhar com a própria vida da pessoa e usando seu próprio modo de olhar (CORNWALL, 2001).

## **METODOLOGIA**

Para construção e desenvolvimento da oficina foram estudadas, as hortaliças não convencionais da horta agroecológica localizada no IFMT-CRJAC, com a orientação dos professores de Biologia, Química, Estágio Supervisionado I e Didática e Práticas Interdisciplinares.

A oficina foi realizada no auditório de nossa instituição na data de 01/04/2016 (Foto 1A). Teve como público alvo todos os discentes e docentes da Licenciatura em Ciências da Natureza e alguns profissionais da educação do Vale de São Lourenço.

A princípio, para construção do cenário foram utilizados os seguintes itens: TNTs (preto, azul bebê e marrom), papéis crepons, cortina de tecido na cor preta, duas mesas, duas cadeiras, verduras, balões e sete figurinos. Consequentemente, construímos o mesmo da seguinte maneira: primeiramente as laterais foram feitas com o TNT preto, e depois, ao fundo onde a plateia visualizava foi revestido com o TNT azul bebê (Foto 1B), o piso foi revestido com TNT marrom (Foto 1A) e a frente fechada com a cortina preta. Além disso, os figurinos dos sete personagens foram feitos com tecidos coloridos como pode ser visto na (foto 1B), tendo a intenção de atrair a atenção do público presente. Cortamos papéis crepons coloridos e colocamos nas janelas como se fossem cortinas e balões na entrada para imaginarem a magia do local.





**Foto 1A:** Auditório do Instituto Federal de Mato Grosso - Campus São Vicente - Centro de Referência de Jaciara – MT, onde foi realizada a oficina. **Foto 1B:** integrantes da oficina na sequência, narrador, personagens (lagarta, feirante, vovô, Alice, príncipe, Áltrox e feirante de chapéu), Orientadora e Professora Mestre da disciplina.

No primeiro momento da oficina, foi apresentado um teatro, onde fizemos uma breve introdução, onde buscou-se mostrar o que são hortaliças não convencionais e por que elas são importantes na alimentação, utilizando o lúdico para interagir com o público. Uma das interações significativas que aconteceu durante o teatro, foi um personagem que pediu para algumas pessoas experimentarem uma torta feita com uma das hortaliças não convencionais.

No segundo momento, foi explicado o aspecto cultural, nutricional e o resgate sócio-cultural dessas hortaliças não convencionais. Também, foram sorteados cerca de 30 brindes construídos com garrafas pets no formato de vaso para plantio de hortaliças, incluindo sementes de almeirão, assim, a oficina incentivou os participantes a produzirem as hortaliças.

No terceiro momento foram distribuídas para degustação algumas receitas contendo hortaliças tradicionais como: *Xanthosoma sagittifolium* (taioba), *Talinum paniculatum* (beldroega) e *Crocus sativus* (açafraão). Sendo feita receitas de farofa de taioba, torta de beldroega e galinhada com açafraão (Foto 2).



**Foto 2:** alimentos feitos com hortaliças não convencionais *Xanthosoma sagittifolium* (taioba), *Talinum paniculatum* (beldroega) e *Crocus sativus* (açafraão), sendo servidas para os presentes na oficina intitulada “Alice no país das hortaliças” na IX Mostra de oficinas e trocas de saberes pedagógicos, IFMT - CRJ - Jaciara - MT.

## RESULTADOS E DISCUSÕES



No primeiro momento da oficina, foi apresentado um teatro, onde fizemos uma breve introdução, buscando mostrar o que são hortaliças não convencionais e por que elas são importantes na nossa alimentação, utilizando o lúdico para interagir com o público. Toda decoração foi criada para oportunizar aos estudantes internos e externos presentes da área da educação uma reflexão sobre a forma diferenciada de ensinar, ou seja, com cenas atraentes e voltadas para estudantes do ensino fundamental. Uma das interações significativas que aconteceu durante o teatro foi quando a “lagarta” (personagem que representava as hortaliças não convencionais) pediu para algumas pessoas experimentarem uma torta feita com uma das hortaliças não convencionais. Onde, convenceriam a Alice (personagem que representa uma adolescente que não gosta de comer hortaliças) a comer um pedaço de torta feita com *Talinum paniculatum* (beldroega). Dessa forma, nós observamos a relevância desse contato, esse momento de diversão com eles, pois, compreenderam e construíram um conhecimento significativo. Em suma, o maior aprendizado para nós foi vivenciar a construção de conhecimento, pois, as crianças nos procuraram depois da oficina encantadas pelos personagens querendo beijos, abraços e atenção. Além disso, as mesmas contaram para alguns ali presentes, inclusive, para a “Áltrox” (personagem que representava as hortaliças cheias de agrotóxico) que o certo era todos se alimentarem das hortaliças sem agrotóxico. Assim, chegamos a um resultado satisfatório de interação com o público.

No segundo momento, foi explicado o aspecto cultural, nutricional e o resgate dessas hortaliças não convencionais. Com isso, tentamos levar para cada pessoa um ensino com valor cultural sobre hortaliças. Assim, buscamos sensibilizar as pessoas de que, as hortaliças não convencionais possuem uma grande influência na alimentação de populações tradicionais e que são ricas em nutrientes importantíssimos para a saúde da população como, por exemplo: ômega 3, vitamina A, B, C, minerais como magnésio, cálcio, potássio, ferro.

No terceiro momento foram distribuídas para degustação algumas receitas contendo hortaliças tradicionais como a *Xanthosoma sagittifolium* (taioba), *Talinum paniculatum* (beldroega) e *Crocus sativus* (açafraão). Dessa forma, todos tiveram a oportunidade de saborear algumas dessas hortaliças e perceberam que não são simplesmente daninhas que não tem serventia e sim hortaliças deliciosas, com muitos nutrientes que podem ser acrescentadas nas refeições do dia a dia.

Ao final do evento, foi aplicado um questionário para que avaliassem a oficina e os conhecimentos construídos com as opções ruim, regular, bom e ótimo. Por consequência, quarenta e seis pessoas avaliaram a oficina e obtivemos os resultados: 2% regular, 33% bom e 65% ótimo.



Portanto, verificamos que a oficina resgatou o valor sócio-cultural das hortaliças não convencionais e apresentou através de todas as etapas aos estudantes seus valores nutricionais e sabor.

## **CONCLUSÕES**

Observamos que a oficina foi um meio de resgatar as riquezas da nossa região e de transformar não só as discentes, mas também todos os presentes através da conscientização e sensibilização, envolvendo e contando com a atenção dos estudantes. Com a oficina tivemos a oportunidade de mostrar o valor das hortaliças da nossa região como patrimônio sócio-cultural, atingiu a sensibilização para o resgate e valor nutricional. Foi criada a possibilidade de produção e construção do conhecimento junto com o público. A temática também estimulou, conforme os relatos dos participantes durante os momentos de interação e durante a degustação, o respeito e o cuidado com as hortaliças, assim o ouvinte com o olhar diferenciado procura ter uma mudança no comportamento.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BRASIL, Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. *Manual de Hortaliças não convencionais*. Brasília: Mapa/ACS, 2010.

CORNWALL, Andrea. *Performance and Participation: An overview*. Source: PLA Notes (1997), Issue 29, pp.23–28, IIED London. PLA Notes CD-ROM 1988–2001.

KINUPP, Valdely F. *Plantas Alimentícias Não-Convencionais (PANCs): uma Riqueza Negligenciada*. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas (IFAM) Campus Manaus-Zona Leste. Anais da 61ª Reunião Anual da SBPC - Manaus, AM - Julho/2009.