

ETEC “PROFA. ANNA DE OLIVEIRA FERRAZ”

Nutrição e Dietética

Divânia Moreira Soares

Larissa Gomes da Cruz

Larissa Tainá Miranda Borges

Sueli de Cássia Rosa

Vinicius Antonio Giovanni

Ora-Pró-Nóbis: Planta Alimentícia Não Convencional (PANC)

Divânia Moreira Soares
Larissa Gomes da Cruz
Larissa Tainá Miranda Borges
Sueli de Cássia Rosa
Vinicius Antonio Giovanni

Ora-Pró-Nóbis: Planta Alimentícia Não Convencional (PANC)

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
a ETEC "Prof.^a Anna de Oliveira Ferraz", do
Centro Estadual de Educação Tecnológica
Paula Souza, como requisito para a obtenção
do título de Técnico em Nutrição e Dietética
sob a orientação do(a) Professor(a) Gabriela
Soldi Gonçalves de Anuncio e Anne Rocha
Faria e Silva

Araraquara
2018

Divânia Moreira Soares
Larissa Gomes da Cruz
Larissa Tainá Miranda Borges
Sueli de Cássia Rosa
Vinicius Antonio Giovanni

Ora-Pró-Nóbis: Planta Alimentícia Não Convencional (PANC)

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Etec Prof. Anna de Oliveira Ferraz como exigência parcial para obtenção do título de **Técnico em Nutrição e Dietética**.

Aprovado em 29 de junho de 2018.

Banca Examinadora:

Prof. Orientador: Gabriela Soldi Gonçalves
Deanuncio

Prof. Orientador: Anne Rocha Faria e Silva

Prof. Avaliador: Patricia Meciano Simone Barreto

Prof. Avaliador: Renata Benassi de Oliveira

Dedicamos esta obra aos nossos
familiares.

AGRADECIMENTO

A Deus em primeiro lugar por ter nos dado saúde e força para superarmos às dificuldades.

A esta instituição por nos oferecer um ambiente agradável e o amparo necessário para que adquiríssemos o conhecimento primordial para nos tornarmos profissionais qualificados para o ambiente de trabalho.

Aos professores pela orientação, apoio e confiança e por nos proporcionar o conhecimento não apenas racional, mas também a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional.

Aos nossos familiares pelo incentivo e apoio.

Aos demais que contribuíram para a construção do nosso trabalho de conclusão.

*Só se pode alcançar um grande êxito quando nos
mantemos fiéis a nós mesmos.*

Friedrich Nietzsche

RESUMO

As PANcs (Plantas alimentícias não convencionais) podem trazer maior diversidade para a alimentação tanto de nutrientes quanto de aromas e sabores, entre elas está a *Pereskia aculeata* popularmente chamada de ora-pro-nóbis que é pouco conhecida e valorizada pela população. A ora-pro-nóbis é uma planta de fácil acesso e plantio que em sua idade adulta apresenta estrutura em forma de arbusto tornando-se um excelente quebra vento ou uma cerca viva por possuir grandes espinhos pontiagudos. Ainda pode ser facilmente encontrada em terrenos e jardins de algumas residências. É utilizada tanto na culinária e gastronomia como na medicina por conter alto teor de nutrientes e diversas propriedades funcionais, entretanto muitos ainda desconhecem sua utilidade. O objetivo deste trabalho foi apresentar as características e funcionalidades da planta, como também sua composição e teor nutritivo. Assim o método envolveu a elaboração de uma receita chamada Nhoque de ora-pro-nóbis. Os materiais basearam-se na análise sensorial do produto, por meio do teste escala hedônica facial com os critérios de avaliação: “detestei”, “não gostei”, “indiferente”, “gostei” e “adorei” que posteriormente foi degustada por 35 julgadores (alunos) de ambos os sexos no período de março de 2018. Os resultados revelaram que 60% dos julgadores assinalaram “adorei”, 31% “gostei” e apenas 9% “indiferente”. Conclui-se que a receita com a ora-pro-nóbis teve boa aceitação pela análise sensorial aplicada.

Palavras-chave: Planta alimentícia, Ora-pro-nóbis, PANcs, Culinária, Hortaliça não convencional.

ABSTRACT

The PANcs (unconventional food plants) can bring greater diversity to the diet of both nutrients and aromas and flavors, among them is the *Pereskia aculeata* popularly called ora-pro-nóbis which is little known and valued by the population. The ora-pro-nóbis is an easily accessible planting plantation that in its adult age has a shrub-like structure making it an excellent wind break or a hedge because it has large pointed spines. It can still be easily found on the grounds and gardens of some residences. It is used both in cooking and gastronomy as in medicine because it contains high nutrient content and several functional properties, however many are still unaware of its usefulness. The objective of this work was to present the characteristics and functionalities of the plant, as well as its composition and nutritive content. Thus, the method involved the elaboration of a recipe called *Gnocchi of ora-pro-nóbis*. The materials were based on the sensorial analysis of the product, using the hedonic facial scale test with the evaluation criteria: "*I hated it*", "*I did not like it*", "*indifferent*", "*liked*" and "*loved*" that was later tasted by 35 judges (students) of both sexes in the period of March 2018. The results revealed that 60% of the judges indicated "*I loved*", 31% "*liked*" and only 9% "*indifferent*". It is concluded that the recipe with the ora-pro-nóbis was well accepted by the applied sensorial analysis.

Keywords: Food plan, Pray-n-roll, PANcs, Cooking, Non-conventional food plants.

Lista de Figuras

Figura 1 – Folhas da ora-pro-nóbis	13
Figura 2 – Flor da ora-pro-nóbis	14
Figura 3 – Festival do ora-pro-nóbis no município de Sabará/MG.....	17

Lista de Tabela

Tabela 1 –Composição nutricional de folhas da ora-pro-nóbis	15
--	----

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1 CARACTERÍSTICAS E PECULIARIDADES DA ORA-PRO-NÓBIS	13
1.1 Planta	13
1.2 Custo	14
2 COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	15
2.1 Nutrientes	15
3 PLANTIO E AGRICULTURA	16
4 GASTRONOMIA	17
4.1 Culinária.....	17
4.2 Uso medicinal	17
5 METODOLOGIA DA PESQUISA.....	18
5.1 Elaboração da receita	18
6 RESULTADO E DISCUSSÃO	22
7 CONCLUSÃO	23

INTRODUÇÃO

A ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Miller) considerada como uma PANC (Planta alimentícia não convencional) que no latim significa “rogai por nós”, é uma planta que pertence ao reino *Plantae*, classe *Magnoliopsida*, ordem *Caryophyllales*, família *Cactaceae* e gênero *Pereskia* (ALMEIDA, 2012).

É uma trepadeira, normalmente cultivada e utilizada como cerca-vivas devido os generosos espinhos em seus ramos, possui folhas carnosas e com presença de mucilagem. Ainda o mesmo autor em seu trabalho, revela que as características agrônômicas favoráveis ao seu cultivo, considerando uma planta rústica, vigorosa e de fácil propagação além de sobreviver a longos períodos de seca, chuvas contínuas e geadas brandas. Muitas vezes, essas plantas são chamadas de “matos”, “ervas daninhas”, “inços”, e outros nomes pejorativos, pois suas potencialidades econômicas ainda são desconhecidas. É facilmente encontrada no Brasil, do Rio Grande do Sul até o Nordeste, também nos Estados Unidos e no sul da África (GONÇALVES, 2014).

Na região de Minas Gerais a ora-pro-nóbis é bastante consumida, principalmente nas antigas regiões mineradoras. Em Sabará, município mineiro, esta planta é bastante consumida pela população e devido a sua importância na alimentação e na cultura local, resgatando os valores culturais e da culinária tradicional (GUIMARÃES, 2015).

O seu uso está diretamente ligado as diversas culturas, refletindo em diferentes formas de uso dos recursos vegetais, tanto na construção de instrumentos e extração de substâncias quanto para usos medicinais ou alimentícios. Conceitualmente, plantas alimentícias são aquelas que possuem uma ou mais partes ou produtos que podem ser utilizados na alimentação humana (LACERDA, 2015).

Em função da facilidade na propagação e no cultivo, tornam-se interessantes para o cultivo doméstico, como hortaliça de baixo custo, fontes de nutrientes altamente recomendados para consumo diário na alimentação. As espécies do gênero *Pereskia* podem favorecer o combate a problemas oriundos de

déficit nutricional. Além disso, o estudo dessas plantas pode levar a melhor utilização dos seus princípios ativos (SOARES TOMAS MELO, 2015).

A pesquisa com essa espécie pode fornecer informações importantes, podendo oferecer mais uma opção dentro da agricultura familiar, como alternativa de diversificação na produção, além de alto valor nutritivo e não requer a utilização de defensivos na produção (SARNO, 2014).

Este trabalho justifica-se por investigar a planta ora-pro-nóbis em sua versatilidade, plantio, nutrientes e benefícios, numa tentativa de incentivar o consumo das PANCs, em especial aqui a ora-pro-nóbis e seu objetivo é a elaboração de uma receita na qual apresente a versatilidade e sabor da planta, apresentando suas funcionalidades e características além de incentivar o consumo da planta para garantir maior diversidade na alimentação tanto de nutrientes quanto de aromas e sabores.

1 CARACTERÍSTICAS E PECULIARIDADES DA ORA-PRO-NÓBIS

1.1 Planta

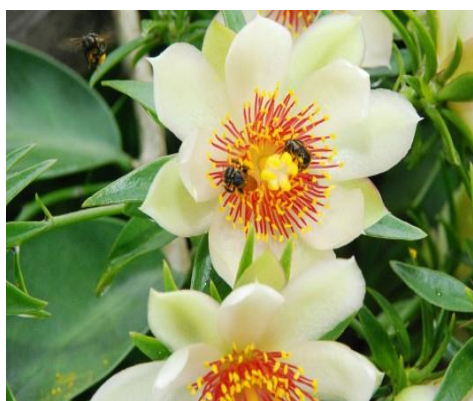
Pertencente ao reino *Plantae*, da família *Cactacea* e gênero *Pereskia* (KINUPP, 2006). Apresenta folhas simples de cor verde-escura, com sete centímetros de comprimento e três centímetros de largura, possui textura de couro e facilmente quebradiça como mostra a figura 1 (DUARTE; HAYASHI, 2005) É uma grande fonte de nutrientes, minerais e orgânicos, com grande teor de carboidratos, fósforo, magnésio, ferro, cobre e em especial as proteínas (TOFANELLI; RESENDE, 2011).

Figura 1 - Folhas da ora-pro-nóbis



A floração ocorre de janeiro a abril e em certas regiões mais quentes de dezembro a maio. As flores mantêm-se abertas por apenas um dia, do amanhecer ao anoitecer, são pequenas e contém um odor agradável, são atrativas para muitos insetos pois são ricas em néctar e pólen como mostra a figura 2. As flores devem ser consumidas cruas, o seu sabor adocicado vem do néctar porem por conter muitos espinhos seu ovário deve ser cortado, sendo desfrutado apenas as pétalas e estames (SANTOS et al., 2012).

Figura 2 - Flores da ora-pro-nóbis



1.2 Custo

O resgate cultural do consumo da ora-pro-nóbis pela população nacional poderá melhorar a renda e condição nutricional de pessoas menos favorecidas economicamente, seja no espaço urbano quanto rural de diferentes regiões, sobretudo naquelas em que o clima e o solo são bem adaptados para o cultivo destas cactáceas (ALMEIDA; CORRÊA, 2012). O baixo custo de produção e o fato de não ser necessário maquinários, agrotóxicos e nem grandes volumes de água tornam ainda mais atraente o cultivo da ora-pro-nóbis por se tratar de uma planta rústica natural daquele ambiente, crescem desordenadamente em seus habitats mesmo que não tenham sido cultivadas.

Pode ser domesticada nos fundos dos quintais de pequenas residências e mesmo decorando porta de casas ou em vasos de plantas. A obtenção de uma soberania alimentar, com efeitos principalmente nas populações de baixa renda, como os atendidos pelo Programa Bolsa Família na ESF Bernardo Valadares, reduziria ainda os gastos públicos na promoção e na recuperação da saúde, por aumentar a oferta de vitaminas e minerais acessíveis garantindo uma real segurança alimentar e nutricional, por auxiliar na extinção da desnutrição e seus prejuízos e nos riscos gerados pela nova dieta repleta de excessos alimentares prejudiciais (KINUPP, 2012).

2 COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

2.1 Nutrientes

Levando em consideração o consumo diário recomendado de minerais e vitaminas para adultos, as folhas de ora-pro-nóbis, na quantidade de 100g dia, podem suprir a necessidade dos minerais, cálcio, magnésio, zinco, e ferro, assim como a vitamina C (CONCEIÇÃO, 2015).

Os frutos da *Pereskia aculeata* também possuem substâncias bioativas, como carotenoides provitamina A (401 RAE/100g), com potencial antioxidante, que está ligado à diminuição do risco de desenvolvimento de algumas doenças crônicas degenerativas (AGOSTINI-COSTA et al., 2012). Seu alto teor nutritivo evidencia-se devido aos teores de sais minerais, vitaminas, fibras, carboidratos e proteínas, além de diversas propriedades funcionais conforme demonstra a tabela 1 (BRASIL, 2010).

Tabela 1 – Composição nutricional de folhas de ora-pro-nóbis, em 100g de matéria seca

Parâmetros de composição	Quantidades (g/100g)
Umidade	6,5
Matéria seca	93,5
Proteínas	22,9
Lipídeos	3,6
Carboidratos	36,2
Fibras totais	12,6

Fonte: Almeida, 2012

3 PLANTIO E AGRICULTURA

A maioria dos cultivos é realizado nos quintais como cercas vivas ou para consumo próprio, sem exploração comercial (BRASIL, 2010). MADEIRA et al (2013) recomendam que o plantio seja planejado para início do período chuvoso, pois apesar da planta apresentar tolerância à seca, é importante que se tenha um aporte hídrico na fase inicial de desenvolvimento para seu estabelecimento que, depois de enraizada, torna-se tolerante à seca.

A colheita deve ser iniciada 2 a 3 meses após o seu plantio, quando as folhas apresentam em média 7 a 10cm de comprimento. No momento da colheita e durante o manuseio da planta deve-se utilizar luvas para evitar ferimentos pelos acúleos. O rendimento da cultura varia de 2,5 a 5,0 toneladas há a cada corte, sendo comum três a quatro cortes por ano (Brasil, 2010). A planta de ora-pro-nóbis é um cultivo de fácil plantio, que se adapta facilmente ao ambiente.

Apresenta folhas verdadeiras e comestíveis durante todas as estações do ano. É considerada uma hortaliça e tem o consumo incentivado pelo governo brasileiro em função de propriedades como: proteínas, fibras, ferro, cálcio, fósforo, vitaminas, entre outros. Seus frutos são abundantes e podem ser utilizados para a elaboração de novos produtos (SANTOS, I. C. et al, 2012).

4 GASTRONOMIA

4.1 Culinária

Na região Sudeste é usada na culinária dos estados de Espírito Santo e, principalmente, de Minas Gerais, onde, em 1997, foi elaborado o Festival do Ora-pro-nóbis no município de Sabará como mostra a figura 3 (KINUPP, 2009; TAYLOR et al., 2013).

De seus frutos é possível obter sucos, geleias, licores e gelados comestíveis, entre outros produtos (OLIVEIRA et al., 2011; SANTOS et al., 2011; RIBEIRO et al., 2012). Suas folhas possuem potencial para a elaboração de receitas como farinhas, saladas, refogados, tortas e massas (CONCEIÇÃO, 2015).

Figura 3 – Festival do Ora-pro-nóbis no município de Sabará/MG.



Fonte: Site do município de Sabará¹

4.2 Uso medicinal

Já na medicina é utilizada como anti-inflamatório e na cicatrização de queimaduras (CONCEIÇÃO, 2015). O consumo regular pode prevenir anemias e fortalecer o sistema imunológico, por conter ferro e lisina, e pode ocasionar efeito laxante se ingerido exageradamente (SANTOS et al., 2012). Os frutos são utilizados como expectorante e antissifilítico (ROSA; SOUZA, 2003; DUARTE; HAYASHI, 2005; SARTOR et al., 2010). Na indústria farmacêutica, o emprego da espécie é devido ao seu teor considerável de mucilagem.

¹ Disponível em: <<http://site.sabara.mg.gov.br/programacao-do-21o-festival-do-ora-pro-nobis/>>
Acesso em jun. 2018

5 METODOLOGIA DA PESQUISA

5.1 Elaboração da receita

Esse trabalho desenvolveu uma receita de nhoque de ora-pro-nóbis com molho branco tradicional.

Como base para a elaboração do produto utilizou-se uma receita original que posteriormente foi modificada.

A receita original utilizada como modelo foi o nhoque de rúcula com molho ao sugo, onde foram substituídos a rúcula por ora-pro-nóbis e o molho ao sugo por molho branco.

Receita original Ingredientes

NHOQUE DE RÚCULA

1kg de batata
1 x. chá de rúcula cortada bem fina
1 gema de ovo
1 c. sobremesa de manteiga
300g de farinha de trigo para dar liga
(quanto menos farinha melhor)
Sal

Molho

¹/₂ Cebola picada
3 c. sopa de azeite
6 tomates frescos picados
Folhas de manjerição
3 conchas de molho ao sugo

Receita modificada Ingredientes

NHOQUE DE ORA-PRO-NÓBIS

1kg de batata
1 x. chá de ora-pro-nóbis cortada bem fina
1 gema de ovo
1 c. sobremesa de manteiga
300g de farinha de trigo para dar liga
(quanto menos farinha melhor)
Sal
110g de Queijo Parmesão

Molho

500 ml de leite
2 c. sopa de manteiga
1 c. sopa de amido de milho
Sal a gosto
110g de Queijo Parmesão
¹/₂ Cebola picada
1 Caixa de creme de leite (200g)

MODO DE PREPARO DA MASSA



- Escaldar a ora-pro-nóbis
- Picar em pedaços
- Descascar, picar e cozinhar as batatas
- Ralar o queijo parmesão.
- Misturar a ora-pro-nóbis com a batata já morna e acrescentar os temperos e o queijo.
- Adicionar a farinha aos poucos até a massa dar liga.
- Enrolar a massa em tirinhas e cortar.
- Cozinhar os nhoques em água fervente por alguns minutos até boiar, tirar e jogar em água gelada, retirar a água e deixar em um recipiente reservado.

MODO DE PREPARO DO MOLHO



- Picar e dourar a cebola na manteiga.
- Acrescentar leite, amido de milho, queijo e tempero a gosto.
- Após ferver desligar o fogo e acrescentar o creme de leite. Colocar sobre a massa do nhoque e servir quente.

FICHA TÉCNICA

Ingredientes	Medida Caseira	Peso
Massa		
Batata	10 batatas médias	1,2 Kg
Ora-pro-nóbis	1 xícara	42 g
Gema	1 gema	42 g
Manteiga	1 c. de sopa	36 g
Cebola	1 unidade média	105 g
Farinha de Trigo	3 xícaras	300 g
Sal	1 colher de chá	3, 5 g
Queijo Parmesão	½ peça pequena	110 g
Alho	2 dentes	100 g
Caldo de Carne	1 sachê	7 g
Molho		
Manteiga	1 c. de sopa	30 g
Cebola	½ unidade média	80 g
Sal	1 colher de chá	3,5 g
Queijo Parmesão	½ peça pequena	110 g
Creme de leite	1 caixa	200 g

RÓTULO NUTRICIONAL

Informação Nutricional		
Porção de 70g (2 colheres de servir)		
Quantidade por porção		%VD(*)
Valor Energético	127,27 kcal = 532,85 kJ	6%
Carboidratos	14,62 g	5%
Proteínas	5,43 g	7%
Gorduras Totais	5,23 g	3%
Gorduras Saturadas	2,94 g	13%
Gorduras Trans	-	**
Fibra Alimentar	1,85 g	7%
Sódio	304,5 mg	13%
(*)% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.		
(**) %VD não estabelecido.		

ANÁLISE SENSORIAL

Para a análise sensorial foram selecionados alunos de ambos os sexos do 1º módulo do curso Técnico em Nutrição e Dietética da Escola Estadual – Etec “Prof. Anna de Oliveira Ferraz” para degustação e análise do produto, totalizando 35 julgadores”.

O teste sensorial foi realizado no período de março de 2018, por meio do teste de aceitação escala hedônica facial, contemplando os requisitos em escala numérica de 1 a 5 e que vão desde “detestei” a “adorei”. Os critérios avaliados do produto foram “O que você mais gostou na preparação e o que você menos gostou” conforme apresentado na figura 4.

Figura 4 – Teste de aceitação hedônico facial

Nome: _____ Série: _____ Data: _____
Marque a carinha que mais represente o que você achou do _____

				
Detestei	Não Gostei	Indiferente	Gostei	Adorei
1	2	3	4	5

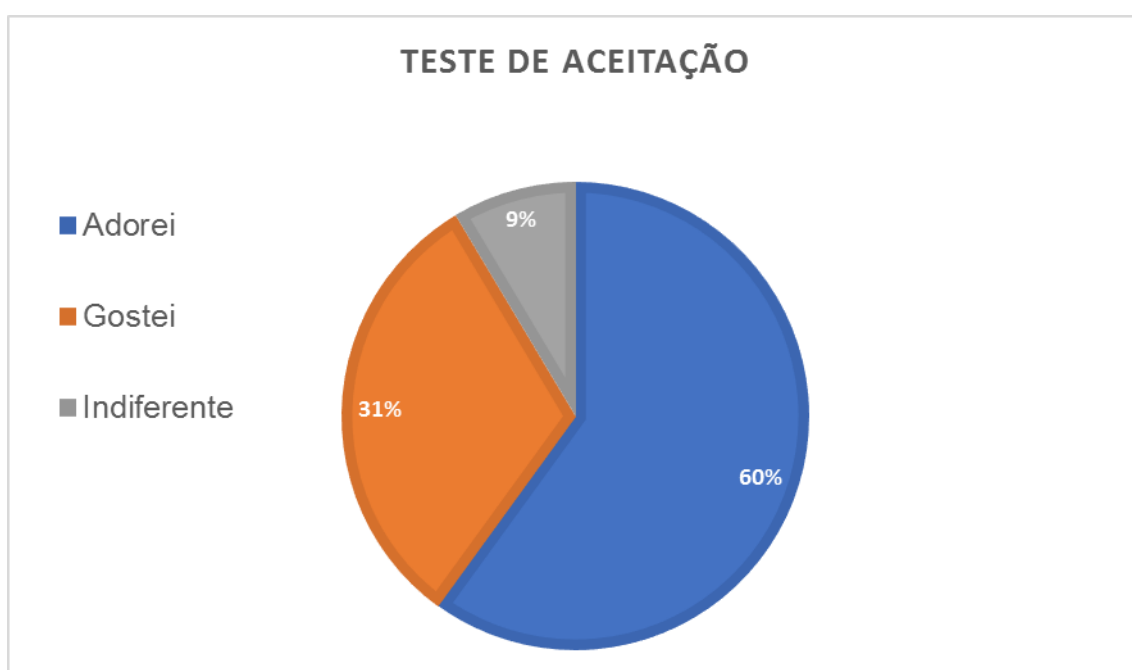
Diga o que você **mais** gostou na preparação: _____
Diga o que você **menos** gostou na preparação: _____

6 RESULTADO E DISCUSSÃO

Posteriormente a análise sensorial do produto, obtivemos valores relativos às características *Indiferente*, *Gostei* e *Adorei*.

No total de 35 julgadores, 21 julgadores assinalaram *adorei* que corresponde à 60%, 11 assinalaram *gostei* que corresponde à 31% e 3 assinalaram *indiferente* que corresponde à 9% (como mostra o gráfico 1). Os critérios *Detestei* e *Não gostei* não foram pontuados pelos julgadores.

Gráfico 1 - Teste de Aceitação



7 CONCLUSÃO

Este trabalho pode concluir que:

- A Ora-pro-nóbis é uma planta pouco conhecida pela população
- É rica em nutrientes e propriedades funcionais.
- Seu uso pode ser tanto medicinal quanto culinário.
- Ao analisar os resultados observa-se que o produto desenvolvido com a ora-pro-nóbis teve boa aceitação entre os degustadores.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, M. E. F.; CORRÊA, A. D. Utilization of cacti of the genus *Pereskia* in the human diet in a municipality of Minas Gerais. **Ciência Rural**, Lavras - MG, v. 42, n.4, p.751-756, abr. 2012.
- AGOSTINI-COSTA, T.S.; PÊSSOA, G.K.A.; SILVA, D.B.; GOMES, I.S.; SILVA, J.P. Carotenoid composition of berries and leaves from a Cactaceae – *Pereskia* sp. **Journal of Functional Foods**, 2, 178-184, 2014.
- AGOSTINI-COSTA, T.S.; WONDRAECK, D.C.; ROCHA, W.D.S.; SILVA, D.B. Carotenoids profile and total polyphenols in fruits of *Pereskia aculeata* Miller. **Revista Brasileira de Fru-ticultura**, 34(1), 234-238, 2012.
- AGOSTINI-COSTA et al. Perfil de carotenoides e fenólicos totais em frutos de *Pereskia aculeata* Miller. **Rev. Bras. Frutic.** [online]. 2012, vol.34, n.1, pp.234-238. ISSN 0100-2945, 2012.
- CONCEIÇÃO, C. C. N. Plantas alimentícias não convencionais (PANC) utilizadas nos municípios de Magé e Guapimirim: Cará e Inhame. Monografia (Trabalho de conclusão de curso) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Faculdade de Farmácia. Rio de Janeiro. 2015. 49f. il
- DUARTE, M. R.; HAYASHI, S. S. Estudo anatômico de folha e caule de *Pereskia aculeata* Mill. (Cactaceae). **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 15, n. 2, p. 103–109, 2005.
- GIRÃO, Lúcio V. C.; FILHO, José C. S.; PINTO, José E. B. P.; BERTOLUCCI, Suzan K. V. Avaliação da composição bromatológica de ora-pro-nobis. **Horticultura Brasileira**, v. 21, n.2, 2003.
- GUIMARÃES, J. R. A. Produtividade e características físico-químicas de ora-pro-nobis sob adubação orgânica. 2015. 59 f. Dissertação (Mestrado em Horticultura) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Botucatu, 2015.
- J.P.Z. GONÇALVES et al. Quantificação de proteínas e análise de cinzas encontradas nas folhas e caule da ora-pro-nóbis. (*Pereskia Aculeata* Miller). Universidade Comunitária da Região de Chapecó/Unochapecó – ACEA - Engenharia Química - Campus Chapecó – SC, 2014.
- KINUPP, V.F. Plantas alimentícias alternativas no Brasil: uma fonte complementar de e renda. **Revista Brasileira de Agroecologia**, v.1, n.1, p.333-336, 2006.
- LACERDA, V. D. Quintais do Sertão do Ribeirão: agrobiodiversidade sob um enfoque etnobotânico. Florianópolis, 2008. 55 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Biológicas) – Centro de Ciências Biológicas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2008.

MANDELLI, Michelli Karoline de Lara Moreira. Avaliação dos parâmetros nutricionais e potencial antioxidante do fruto de Ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata* Miller). 2016. 34 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Pato Branco, 2016.

MARTINEVSKI, Camila S.; OLIVEIRA, Viviani R.; RIOS, Alessandro O.; FLORES, Simone H.; VENZKE, Janaína G. Utilização de bertalha (*Anredera cordifolia* (Ten.) Steenis) e orapro-nobis (*Pereskia aculeata* Mill.) na elaboração de pães. **Alimentos e Nutrição**, v. 24, n. 3, 2013.

OLIVEIRA, L. M. D. et al. Aproveitamento de frutos de ora-pro-nóbis para elaboração de geleia. In: MOSTRA CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA DE ALIMENTOS, Anais... Uberlândia: IFTM, 2011, p. 1-4.

RIBEIRO et al. Ora-pro-nóbis: Cultivo e uso como alimento humano. Em Extensão, Uberlândia, v. 13, n. 1, p. 70-81, jan. / jun. 2014.

SANTOS, I. C. et al. Ora-pro-nóbis: da cerca à mesa. Circular técnica, n.177, dez., 2012, Empresa de pesquisa Agropecuária de Minas Gerais.

SANTOS, A. G. et al. Avaliação das atividades antimicrobiana sobre patógenos bucais e hemolítica das folhas de *pereskiaaculeata*. VII EPCC – Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar, Centro Universitário de Maringá, 2011.

SANTOS, Izaabel Cristina dos.; PEDROSA, Marinalva Woods.; CARVALHO, Otieres Cirino de.; GUIMARÃES, Carla Daniele de Carvalho.; SILVA, Luana Sabrine. Ora-pro-nóbis: da cerca à mesa. **Circular técnica**. n. 177 - dezembro - 2012. n. 31, p. 1–4, 2012.

SARNO, A. R. R et al. Atividade hormonal do extrato de tiririca na rizo gênese de ora-pro-nóbis. XI Congresso Nacional de Meio Ambiente de Poços de Calda, 2014.

SARTOR, C.P.R.; AMARAL, V.; GUIMARÃES, H.E.T.; BARROS, K.N.; FELIPE, D.F.; CORTEZ, L.E.R.; VELTRINI, V.C. Estudo da ação cicatrizante das folhas de *Pereskia aculeata*. **Revista Saúde e Pesquisa**, 3(2), 149-154, 2010

TOFANELLI, Mauro Brasil Dias.; RESENDE, Sueilo Gouveia. SISTEMAS DE CONDUÇÃO NA PRODUÇÃO DE FOLHAS DE Ora-pro-nobis. **Pesquisa Agropecuária Tropical**, v. 41, n. 3, p. 466–469, 2011.

TOMÁS MELO, C. M et al. Análise química de folhas de cactáceas do gênero *Pereskia*. Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Triângulo Mineiro (IFTM), Campus Uberlândia, 2015.

TURRA, A. F. et al. Avaliação das propriedades antioxidantes e susceptibilidade antimicrobiana de *Pereskia grandifolia* Haworth (cactaceae). Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, v. 11, n. 1, p. 9- 14, jan./abr. 2007.ERÊNCIAS

GLOSSÁRIO

Abreviatura: representação de uma palavra por meio de alguma(s) de suas sílabas ou letras.

Agradecimento: folha onde o autor faz agradecimentos dirigidos àqueles que contribuíram de maneira relevante à elaboração do trabalho.

Anexo: texto ou documento não elaborado pelo autor, que serve de fundamentação, comprovação e ilustração.

Apêndice: texto ou documento elaborado pelo autor, a fim de complementar sua argumentação, sem prejuízo da sua unidade nuclear do trabalho.

Capa: proteção externa do trabalho e sobre a qual se imprimem as informações indispensáveis à sua identificação.

Citação: menção no texto, de uma informação extraída de outra fonte.

Dedicatória: folha onde o autor presta homenagem ou dedica seu trabalho.

Dissertação: documento que representa o resultado de um trabalho experimental ou exposição de um estudo científico retrospectivo, de tema único e bem delimitado em sua extensão, com o objetivo de reunir, analisar e interpretar informações. Deve evidenciar o conhecimento de literatura existente sobre o assunto e a capacidade de sistematização do candidato. É feito sobre a coordenação de um orientador (doutor), visando à obtenção do título de mestre.