

ORA-PRO-NÓBIS (PERESKIA ACULEATA) NO TRATAMENTO DE ANEMIA FERROPRIVA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

[Ciências da Saúde](#), [Volume 28 - Edição 128/NOV 2023](#) / 09/11/2023

ORA-PRO-NÓBIS (PERESKIA ACULEATA) IN THE TREATMENT OF IRON DEFICIENCY ANEMIA: A LITERATURE REVIEW

REGISTRO DOI: 10.5281/zenodo.10089340

Amanda Rosa Turetta¹;

Tiago Carvalho de Oliveira²;

Orientador: Valéria Ferreira³

Resumo

O presente trabalho aborda o uso de plantas medicinais, particularmente a Ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*), na prevenção e tratamento da anemia ferropriva. Em geral as plantas medicinais têm sido uma parte essencial da medicina ao longo da história, contribuindo para a inovação de terapias alternativas e produtos naturais, especialmente devido ao elevado custo e toxicidade de medicamentos desenvolvidos laboratorialmente, bem como à falta de acesso aos cuidados básicos de saúde em algumas comunidades. A Ora-pro-nóbis é uma planta comestível não convencional (PANC) que se destaca por seu valor

nutricional, com teor significativo de ferro, proteínas, fibras e outros compostos bioativos. Sua ação anti-inflamatória, antioxidante e analgésica, juntamente com sua capacidade de prevenir a anemia devido à sua riqueza em ferro e ácido fólico, a torna uma opção acessível e valiosa para a população. O presente trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa de caráter descritivo que visa buscar a eficácia da utilização da Ora-pro-nóbis (*pereskia aculeata*) no tratamento de anemia ferropriva. No entanto, são necessárias mais pesquisas para confirmar sua eficácia e disseminar o seu uso, aproveitando o vasto potencial das plantas na promoção da saúde e no combate e prevenção de doenças.

Palavras-chave: Plantas. População. Anemia.

Abstract

The present work addresses the use of medicinal plants, particularly ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*), in the prevention and treatment of iron deficiency anemia. In general, medicinal plants have been an essential part of medicine throughout history, contributing to the innovation of alternative therapies and natural products, especially due to the high cost and toxicity of laboratory-developed medicines, as well as the lack of access to basic health care. health in some communities. Ora-pro-nóbis is an unconventional edible plant (PANC) that stands out for its nutritional value, with a significant content of iron, proteins, fiber and other bioactive compounds. Its anti-inflammatory, antioxidant and analgesic action, together with its ability to prevent anemia due to its richness in iron and folic acid, makes it an accessible and valuable option for the population. The present work is an integrative literature review of a descriptive nature that aims to investigate the effectiveness of using ora-pro-nóbis (*pereskia aculeata*) in the treatment of iron deficiency anemia. However, more research is needed to confirm its effectiveness and disseminate its use, taking advantage of the vast potential of plants in promoting health and combating and preventing diseases.

Keywords: Plants. Population. Anemia.

1 INTRODUÇÃO

As plantas com características medicinais foram notadas pelos homens há 500 anos antes de Cristo, pois os chineses continham uma lista de drogas que originaram de plantas. Um imperador chamado Shen Nung agregou em seu *Pent's ao Kang mu* aproximadamente 300 espécies de plantas consideradas “Medicinais”. Outros povos como os babilônicos, assírios, hebreus e antigas civilizações egípcias e gregas também realizaram uma listagem de plantas para uso medicinal (PIRES, 1984).

Esteve presente na vidas das antigas civilizações assim como em várias culturas como os povos pré-colombianos essas plantas medicinais são as formas mais primordiais de práticas terapêuticas (ROCHA et al, 2015, SARAIVA et al, 2015), sendo o somatório de todas essas contribuições culturais às responsáveis pelos avanços científicos atuais na área de produtos naturais (VIEGAS; BOLZANI & BARREIRO, 2006).

Já no Brasil, o histórico de utilização das plantas medicinais pode ser atribuída ao padre José de Anchieta e outros Jesuítas que utilizavam como remédios naturais e os indígenas que realizavam a pesca e utilizavam a planta cipós, para narcotizar os peixes (VIEGAS; BOLZANI & BARREIRO, 2006).

Nesse contexto, é importante destacar que com a maior biodiversidade do mundo, possui aproximadamente 20% da flora mundial, o Brasil exhibe notoriedade no que diz respeito ao desenvolvimento de novas metodologias terapêuticas baseadas em produtos naturais (CALIXTO, 2003).

Entre esses produtos, estão às plantas medicinais, que segundo a Organização Mundial de Saúde correspondem a todas as espécies vegetais que apresentam em uma ou mais partes, substâncias químicas

capazes de desempenhar atividades farmacológicas, auxiliando na cura e/ou tratamento de várias doenças (OMS, 1998).

A atividade farmacologia em plantas baseia-se na presença de princípios ativos capazes de desempenhar atividades biológicas como poder laxativo, cicatrizante, expectorante, entre outras funções, exercendo um papel fundamental frente ao processo de saúde-doença. (FILHO & YUNES, 1998; PHILLIPSON, 2001).

No contexto da utilização de plantas medicinais, em suma a seleção das espécies se baseia no conhecimento popular, que têm contribuído com a síntese de novos produtos farmacêuticos, uma vez que este atua como facilitador no processo de identificação das plantas que tem aplicação em saúde (ALBUQUERQUE & HANAZAKI, 2006; BRANDÃO et al, 2010).

A associação dos conhecimentos indígenas, europeus e africanos no Brasil, foi responsável pela transformação da fitoterapia em uma prática sociocultural, integrando-a a cultura popular brasileira através da absorção dos conhecimentos fitoterápicos por esses povos que já utilizavam essas plantas como remédio (IBIAPINA et al, 2014).

A facilidade na absorção dos conhecimentos fitoterápicos pelos povos brasileiros tem como causa ao alto custo dos medicamentos farmacológicos e pelo fato de os medicamentos sintéticos serem altamente tóxicos. Também é importante citar, a falta de acesso aos serviços de saúde por parte das comunidades, gerando um aumento pela procura de medicamentos à base de plantas (BATISTA & VALENÇA, 2012).

O nome popular ora-pro-nóbis vem do latim “rogai por nós”. Acredita-se que a planta tenha sido nominada de tal forma porque, no período colonial, mineiros colhiam a Panc durante as missas, já que ela crescia nos cercados das igrejas, mas os padres não permitiam que a população as colhesse (ALVES, FELICIANO E BESSA, 2019 p. 2).

A *Pereskia Aculeata* Mill é caracterizada como uma planta trepadeira arbustiva, pertencente à família das Cactáceas, originária das Américas, com presença em diversas localidades (SANTOS, 2012 apud PAGOTTO, TESSMANN e KUHN, 2021, p.4). A característica de suas folhas é carnosas, espinhos que aparecem em trios, flores de tamanho médio, brancas ou amareladas e frutos amarelados (PAGOTTO, TESSMANN e KUHN, 2021, p.4).

Dentro desse contexto, a planta Ora Pro Nóbis é definida como uma PANC's, que é considerada como uma planta alimentícia não convencional, porém são da espécie de plantas comestíveis nativas que são exóticas, espontâneas, silvestres ou domesticadas e também incluem para consumo de partes em que não é de costume para as plantas conhecidas com potencial alimentício como diz os autores Kinupp e Lorenzi (2014 apud PAGOTTO, TESSMANN e KUHN, 2021, p.2).

É importante salientar que uma variedade de PANCS no Brasil crescem espontaneamente, sem que haja o cultivo das mesmas, esse crescimento acontece em locais como florestas cuja área é natural, cerrados e campos que são locais que receberam a intervenção dos homens e elas podem ser extraídas para consumo próprio (ALVES, FELICIANO E BESSA, 2019 p. 2).

Na sua composição *P. Aculeata* mostrou possuir um teor de ferro mais alto comparado a *P. Grandifolia*. Os autores Takeiti et al. (2009) provaram que a *P. Aculeata* possui um teor de 14,18 mg 100 g⁻¹ MS, o que pode considerar alto comparando aos outros alimentos.

Almeida (2014) constatou em seu estudo que as folhas das espécies pesquisadas, uma delas é a *ora-pro-nóbis*, são importantes fontes de proteínas, fibras e de minerais, principalmente Cálcio e Ferro e de compostos bioativos.

De acordo com o Ministério da Saúde (2014), a planta possui diversas fontes nutricionais, proteicas e tem ação anti-inflamatória, antioxidante e analgésica. E entre esses princípios ativos, também apresenta a ação de

prevenir anemia, pois é rica em ferro e ácido fólico. Por ser um alimento acessível para a população, o governo brasileiro vem estimulando cada vez mais o consumo desta hortaliça.

É importante citar algumas características morfológicas das anemias uma vez que elas desempenham um papel crucial no diagnóstico e na diferenciação dos tipos de anemia, as microcíticas, quando as células vermelhas são pequenas e há diminuição na quantidade de hemoglobina dentro das hemácias; as normocíticas, quando não há alteração no tamanho das hemácias; e as macrocíticas, quando essas células são maiores que o habitual. A anemia investigada nesse estudo é a anemia microcítica por falta de ferro (ferropriva) (WORLD, 2011).

Neste estudo, exploramos mais detalhadamente o ora-pro-nóbis, seu rico perfil nutricional (incluindo seu alto teor de ferro) e seu potencial na prevenção e tratamento da anemia ferropriva. Este tipo de anemia, caracterizada pela falta de ferro no organismo, é um problema de saúde significativo em todo o mundo, e plantas medicinais como a ora-pro-nóbis oferecem uma abordagem promissora no combate a este problema.

2 METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa de caráter descritivo que visa buscar a eficácia da utilização da Ora-pro-nóbis (*pereskia aculeata*) no tratamento de anemia ferropriva. Objetiva-se ampliar o conhecimento sobre o tema a ser investigado através da análise e correlação de dados que possam corroborar com a eficácia do tratamento de anemia ferropriva com a Ora-pro-nóbis.

O estudo se fundamentou na análise de artigos científicos e publicações em língua portuguesa e inglesa. A busca para embasar a base teórica foi conduzida em fontes de dados online Scielo (Scientific Electronic Library Online), BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), Pubmed (National Center for Biotechnology Information), Google Acadêmico, de forma completa e

gratuita. Para seleção dos títulos de interesse foram utilizados os termos: plantas, população e anemia, obtidos pelo (DeCS) Descritores em Ciências da Saúde encontrados nos bancos de dados.

Determinou-se como critérios de inclusão os artigos publicados entre os anos de 2010/2023, artigos, periódicos e teses que abordaram o tema anemiam e ora-pro-nóbis (pereskia aculeata). Foram excluídos artigos que não possuíam palavras-chave relacionadas e artigos publicados em anos anteriores a 2010. Na etapa da seleção, foi realizada a leitura de títulos e posteriormente dos resumos, e os selecionados foram lidos na totalidade e incluídos na revisão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES OU ANÁLISE DOS DADOS

As 15 publicações selecionadas durante o processo de pesquisa (artigos, monografias, teses e livros), para embasar teoricamente a presente revisão de literatura estão dispostas no Quadro 1, a seguir:

Sabe-se que os minerais desempenham diversos papéis essenciais nos fluidos corporais, como constituintes dos tecidos do organismo, regulação do metabolismo de diversas enzimas e equilíbrio ácido-básico e que a deficiência de um ou mais componentes pode resultar em grandes distúrbios orgânicos, tais como a osteoporose, bócio e anemia.

Nº do estudo	Título	Autor / ano		Nº do estudo	Título	Autor / ano
1	Caracterização química das hortaliças não-convencionais	Almeida (2014)		8	Aspectos históricos dos recursos genéticos de plantas	Pires (1984)

	conheci das como ora-pro- nobis.	
2	O uso de PANC's na gastron omia: produçã o de linguiça de ora- pro- nóbis.	Alves (2019)
3	Eliminat ion of iron deficien cy anemia and soil transmi tted helmint h infectio n: evidenc e from a fifty-	Casey (2013)

	medicin ais.	
9	O Uso Terapêu tico Da Flora Na História Mundial .	Rocha (2015)
10	A implant ação do progra ma de plantas medicin ais e fitoterá picos no sistema público de saúde no brasil:	Saraiva(2015)

	four month iron-folic acid and deworming program.	
4	Ora-pro-nobis (Pereski a aculeata Miller): a potential alternative for iron supplementation and phytochemical compounds.	Maciel (2021)

	uma revisão de literatura. Revista Interdisciplinar de Pesquisa e Inovação.	
11	O potencial do ora-pro-nobis na diversificação da produção agrícola familiar.	Souza (2010)

5	Plantas alimentícias não convencionais: utilização das folhas de “oraprobis” (pereskia aculeata mill, cactaceae) no consumo humano.	Cruz <i>et al</i> (2020)	12	Tabela brasileira de composição de alimentos/NEP A-UNICAMP.	Taco (2011)
6	PANC's Plantas alimentícias não convencionais, benefícios nutricionais, potencial	Jesus <i>et al</i> . (2020)	13	Nutritive evaluation of a non-conventional leafy vegetable (Pereskia	Takeiti, (2009)

	econômico e regate da cultura: uma revisão sistemática.				aculeata Miller). v. 60, n. 1, p. 148-160.	
7	Ora Pro Nobis: Propriedades e Aplicação.	Pagotto, (2021)		14	The global prevalence of anaemia in 2011.	World (2015)

Silva et al., (2005) em estudos na caracterização mineral de hortaliças não convencionais, observou que o ora-pro-nóbis destacou-se com teores consideráveis de magnésio, ferro, cálcio e manganês.

De acordo com Garcia (2019) a Essa hortaliça tem sido usada por várias gerações como recurso alimentar. Exemplo disso, são as folhas de Ora-pro-nóbis são utilizadas como ingrediente de doces e preparos diversos como farinhas, saladas, refogados, tortas, geleias, omeletes, vitaminas, mousses e massas alimentícias, até suas sementes podem ser germinadas para produzir brotos comestíveis. A planta é chamada por algumas comunidades de 'Carne dos pobres', sendo a principal fonte de proteína disponível e ferro (GARCIA et al., 2019).

Estima-se que apenas nos últimos 25 anos, 77,8% de todos os medicamentos anticancerígenos descobertos são provenientes de produtos naturais (NOGUEIRA; CERQUEIRA & SOARES, 2010). Com registros datando desde 60.000 anos a.C, estando presentes em diversas

culturas, como a Egípcia, Hindu, Persa, Grega e os povos da América pré-colombiana as plantas medicinais podem ser consideradas uma das formas mais antigas de práticas terapêuticas (ROCHA ET AL, 2015, SARAIVA ET AL, 2015), sendo o somatório de todas essas contribuições culturais às responsáveis pelos avanços científicos atuais na área de produtos naturais (VIEGAS; BOLZANI & BARREIRO, 2006).

Para fazer essa comparação, em um estudo realizado por CRUZ, AFP et al (2020) sobre Plantas alimentícias não convencionais: A utilização das folhas de “ora-pro-nobis” (*Pereskia aculeata* Mill, Cactaceae) no consumo humano, mostrou que o teor de ferro identificado na *P. aculeata* foi, em mg 100 g⁻¹ MS, superior àqueles observados para a erva-de-ganso (*Parietaria debilis* – 15,30), chapéu-de-couro (*Echinodorus grandiflorus* – 16,80) e urtiga-mansa (*Urtica uliginosa* – 20,50).

Segundo Organização Mundial da Saúde (OMS) relata que aproximadamente 30% dos casos de anemia são causados por deficiência de ferro (DF). Além disso, algumas pesquisas sugerem que 80% das pessoas no mundo não têm estoques suficientes de ferro no organismo. Desta forma, destaca a importância da planta para o combate da anemia ferropriva (CASEY, 2013).

Quando se compara, em matéria seca, 100 g das farinhas de ora-pro-nobis com 100 g de alguns g dos feijões cozidos (preto e roxo) que são fontes de proteínas de origem vegetal (TACO, 2011), observa-se que as farinhas destas cactáceas apresentaram maiores teores proteicos que os feijões. Desta forma, essa planta pode combater anemias por deficiência de ferro, pois ela possui alto teor de ferro e outros minerais (RODRIGUES, 2016).

Popularmente, seu consumo está associado principalmente ao tratamento de anemia, câncer, cicatrização, osteoporose e à constipação intestinal. A ora-pro-nóbis ajuda na prevenção de anemia, auxilia no bom funcionamento do intestino, entre outros benefícios. Trata-se de uma

planta rica em fibras e proteínas (SARTOR et al., 2010; ALMEIDA; CORRÊA, 2012).

No estudo de Almeida e Corrêa (2012) no estado de Minas Gerais, 66,67% dos participantes citaram o consumo de ora-pro-nóbis como tratamento para a anemia ferropriva, por considerá-la “forte” devido ao elevado teor de ferro da planta.

Maciel (2020) realizou um estudo sobre Micropartículas coloidais de quitosana-pectina ricas em ferro carregadas com extrato de ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Miller) e concluiu no seu estudo que a preparação e caracterização de micropartículas de quitosana-pectina carregadas de ferro como uma plataforma potencial para fornecimento de ferro e suplementação/fortificação alimentar, usando um extrato aquoso de uma planta brasileira comestível não convencional, OPN (*Pereskia aculeata* Miller). A caracterização das micropartículas evidenciou a razão de carga (n^+/n^-) 5,00 e a quitosana H-DA (22,3%) como formulação ideal. O diâmetro hidrodinâmico médio das partículas. Mostrando nesse estudo o alto potencial de ferro que a planta carrega.

De acordo com Almeida e Correa (2012) a ora-pro-nóbis apresenta elevado teor de ferro, sendo superior a vários alimentos referidos popularmente como fontes de ferro, podendo ser uma alternativa em tratamentos para anemia ferropriva. Seus demais constituintes também podem ser utilizados no tratamento de câncer, osteoporose e à constipação intestinal. O consumo melhora a condição nutricional por apresentar também vitaminas, minerais e fibras. As folhas da ora-pro-nóbis são compostas por 40% de mucilagens e 50% de polissacarídeos arabinogalactanos.

Nos estudos de Takeiti et al. (2009) e de Almeida et al. (2014), foram encontrados elevados níveis de ferro, 14,2 e 20,56mg/100g respectivamente, os quais foram 18 classificados como superiores aos níveis do espinafre e outros vegetais folhosos.

A composição significativa de ferro encontrado nas folhas de ora-pro-nóbis pode torná-la uma planta com potencial alternativo de ingestão para anemia por deficiência de ferro. Este é o tipo de anemia mais comum (cerca de 75% dos casos) nos países em desenvolvimento e um dos problemas de saúde mais frequentes a nível mundial (Soleimani & Abbaszadeh, 2011).

Ribeiro (2014) em seu estudo sobre Ora-pro-nóbis: cultivo e uso como alimento humano, discutiu sobre o potencial proteico da planta e como resultado o estudo evidenciou que a hortaliza é viável para o cultivo doméstico, como fonte nutricional de baixo custo, recomendada para o consumo diário na alimentação e dentro desse padrão nutricional estão os minerais e altos índices de ferro, mineral que combate a anemia por falta de ferro (ferropriva).

O estudo realizado por Barreira et al. (2011) fornece informações importantes sobre a quantidade de micronutrientes nas folhas da planta *Pereskia aculeata* (OPN). Segundo os resultados obtidos: Vit A- 221,6 Microgramas, Caroteno – 2,23mg (mg/100g⁻¹), Ca- 427,08 mg (mg/100g⁻¹), Mg- 88, 84mg (mg/100g⁻¹), K- 689, 41mg(mg/ 100g⁻¹), Fe – 13, 89mg (mg/100g⁻¹) e Se- 0,13mg (mg/100g⁻¹), entre os minerais investigados, destacaram-se as concentrações de K, Ca e Mg. Considerando as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2008), uma porção de *Pereskia aculeata* equivale a 90 g, podendo contribuir com 22% da necessidade diária de vitamina A, podendo ser considerada uma excelente fonte deste nutriente.

Os achados do estudo realizado por Santana et al. (2021) indicam que a *Pereskia aculeata* (OPN) é uma excelente fonte de ferro não-heme, contendo 13,89 mg por 100g. Isso a torna uma boa opção para pessoas que sofrem de anemia ferropriva, uma condição causada pela deficiência de ferro.

No entanto, é importante observar que apenas cerca de 5% do ferro não-heme, presente em alimentos de origem vegetal, é absorvido pelo organismo humano. O ferro não-heme é menos facilmente absorvido em comparação com o ferro heme, encontrado em produtos de origem animal.

A observação de que a presença de vitamina C pode melhorar a biodisponibilidade do ferro não-heme é importante. A vitamina C é conhecida por facilitar a absorção de ferro não-heme quando consumida na mesma refeição. Portanto, para aproveitar ao máximo o ferro presente na OPN, é sugerido que seu consumo seja associado a alimentos ricos em vitamina C, como frutas cítricas, pimentões, e outros alimentos fontes dessa vitamina. Essa combinação pode ajudar a aumentar a absorção de ferro não-heme e melhorar a eficácia da OPN como parte de uma dieta equilibrada para pessoas com anemia ferropriva.

De acordo com o Portal da educação (2022) a *Pereskia aculeata*, também conhecida como ora-pro-nóbis (OPN), é uma planta oferece diversos benefícios para a saúde. Ela é rica em fibras, proteínas e outros nutrientes essenciais. Alguns dos benefícios associados ao consumo de ora-pro-nóbis incluem: A prevenção de Anemia: Como discutido anteriormente, a OPN é uma excelente fonte de ferro não-heme, que é benéfico para a prevenção e tratamento da anemia, especialmente quando consumida com alimentos ricos em vitamina C para melhorar a absorção do ferro.

4 CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base na literatura utilizada neste estudo, as propriedades nutricionais da Ora-pro-nóbis, incluindo seu alto teor de ferro, sugerem que essa planta pode desempenhar um papel importante no combate a essa condição.

Sua disponibilidade e acessibilidade para a população a tornam uma opção promissora, entretanto é importante destacar que, apesar das evidências preliminares positivas, mais estudos são necessários para

avaliar de forma abrangente e aprofundada a eficácia da Ora-pro-nóbis no tratamento da anemia ferropriva. Além disso, é necessário realizar pesquisas que investiguem os mecanismos de ação, dosagem adequada, possíveis efeitos colaterais para estabelecer diretrizes claras para seu uso terapêutico, especialmente em populações com recursos limitados.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Martha Elisa Ferreira de et al. Caracterização química das hortaliças não-convencionais conhecidas como ora-pro-nobis. **Biosci. j. (Online)**, p. 431-439, 2014.

ALVES, Luciana Santos; FEELICIANO, Yury Tom Keith Ferreira; BESSA, Martha Eunice de. O uso de PANC's na gastronomia: produção de linguiça de ora-pro-nóbis. Revista de Gastronomia, [S. l.], p. 1-12, 2019. Disponível em:

<https://seer.cesjf.br/index.php/revistadegastronomia/article/viewFile/1878/1218>. Acesso em: 08 de setembro de 2023.

BARREIRA, Tibério Fontenele et al. Nutrient content in ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Mill.): unconventional vegetable of the Brazilian Atlantic Forest. Food Science and Technology [online]. 2021, v. 41, suppl 1 [Acesso 14 Março 2022], pp. 47-51. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/fst.07920>>.

Casey GJ, Montresor A, Cavalli-Sforza LT, Thu H, Phu LB, Tinh TT, et al. Elimination of iron deficiency anemia and soil transmitted helminth infection: evidence from a fifty-four month iron-folic acid and de-worming program. PLoS Negl Trop Dis. 2013;7(4):e2146.

CRUZ, AFP et al. PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS: UTILIZAÇÃO DAS FOLHAS DE “ORA-PRO-NOBIS” (*PERESKIA ACULEATA* MILL, CACTACEAE) NO CONSUMO HUMANO. Visão Acadêmica, v. 21, n. 3, 2020.

GARCIA, JA; CORRÊA, RC; BARROS, L; PEREIRA, C; ABREU, RM; ALVES, MJ;

JESUS, Beatriz Barbosa de Souza, et al. PANC's Plantas alimentícias não convencionais, benefícios nutricionais, potencial econômico e regate da cultura: uma revisão sistemática. Centro Científico Conhecer. Jandaia-GO, v.17 n.33; p. 309, 2020. Disponível em:

<http://www.conhecer.org.br/enciclop/2020C/pancs.pdf> Acesso em: 08 de setembro de 2023.

MACIEL, V. B. V. et al. Ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata* Miller): a potential alternative for iron supplementation and phytochemical compounds. Brazilian journal of food technology, v. 24, p. e 2020180, 2021.

PAGOTTO, C.K; TESSMANN, J.R; KUHN, G.O. Ora Pro Nobis: Propriedades e Aplicação. Repositório IFSC. Santa Catarina. 2021. Disponível em: <https://repositorio.ifsc.edu.br/bitstream/handle>. Acesso em 08 de setembro de 2023.

PIRES, Maria Joaquina Pinheiro. Aspectos históricos dos recursos genéticos de plantas medicinais. **Rodriguésia**, v. 36, p. 61-66, 1984.

Portal da Educação. Ora-pro-nóbis passa integrar os cardápios da alimentação escolar. 2022. Disponível em: <https://educa.campinas.sp.gov.br/post/2023/ora-pro-nobis-passa-integrar-os-cardapios-da-alimentacao-escolar>. Acesso em 03 de novembro de 2023.

RIBEIRO, Patrícia dos Anjos et al. ORA-PRO-NÓBIS: CULTIVO E USO COMO ALIMENTO HUMANO. Em extensão, v. 13, n. 1, 2014.

Rocha, F. A.,Araújo, M. F.,Costa, N. D.,Silva, R. P. (2015). O Uso Terapêutico Da Flora Na História Mundial. Holos. 1, 49-61.

Saraiva, S. R.,Saraiva, H. C.,De Oliveira Junior, R. G.,Silva, J. C.,Damasceno, C. M.,Da Silva Almeida, J. R.,Amorim, E. L. (2015). A implantação do programa de plantas medicinais e fitoterápicos no

sistema público de saúde no brasil: uma revisão de literatura. Revista Interdisciplinar de Pesquisa e Inovação.

SILVA, M. C.; PINTO, N. A. V. D. Teores de nutrientes nas folhas de taioba, ora-pro-nóbis, serralha e mostarda coletadas no município de Diamantina. In: FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DO VALE DO JEQUITINHONHA, 1, 2005, Diamantina, MG. Anais... Diamantina, 2005. 86p.

SOUZA, M. R. M.; CORREA, E. J. A.; GUIMARÃES, G.; PEREIRA, P. R. G. O potencial do ora-pro-nobis na diversificação da produção agrícola familiar. Revista Brasileira de Agroecologia, v. 4, n. 2, p. 3550-3554, 2010. Disponível em: <http://revistas.aba-agroecologia.org.br/index.php/rbagroecologia/article/view/9145>. Acesso em 08/09/2023.

TACO. Tabela brasileira de composição de alimentos/NEPA-UNICAMP. 4. ed. Campinas: NEPA-UNICAMP, 2011. 161p.

TAKEITI, C. Y. ANTONIO, G. C.; MOTTA, E. M. P.; COLLARES-QUEIROZ, F. P.; PARK, KIL J. Nutritive evaluation of a non-conventional leafy vegetable (*Pereskia aculeata* Miller). v. 60, n. 1, p. 148-160. International journal of food sciences and nutrition. 2009. Disponível em doi:10.1080/09637480802534509 Acesso em: 08 de setembro de 2023.

World Health Organization [homepage on the Internet]. The global prevalence of anaemia in 2011. Geneva: WHO; 2015. Disponível em: http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/global_prevalence_anaemia_2011. Acesso em 08 de setembro de 2023.

¹Amanda Rosa Turetta Discente do Curso Superior de Farmácia do Universidade São Lucas *Campus Ji-Paraná/RO* e-mail: amandarosaturetta@outlook.com;

²Tiago Carvalho de Oliveira Discente do Curso Superior de Farmácia do Universidade São ³Lucas *Campus Ji-Paraná/RO* e-mail:

tiago0007@gmail.com;

Coordenadora do Curso Superior de Biomedicina e Farmácia da
Universidade São Lucas *Campus Ji-Paraná/RO* e-mail:
valeriaferreirabiomed@gmail.com

[← Post anterior](#)

RevistaFT

A RevistaFT têm 28 anos. É uma **Revista Científica Eletrônica Multidisciplinar Indexada de Alto Impacto e Qualis “B2” em 2023**. Periodicidade mensal e de acesso livre. Leia gratuitamente todos os artigos e publique o seu também [clikando aqui](#).



Contato

Queremos te ouvir.

WhatsApp RJ:

(21) 98159-7352

WhatsApp SP:

(11) 98597-3405

e-Mail:

contato@revistaf
t.com.br

ISSN: 1678-0817

CNPJ:

48.728.404/0001-
22

CAPES –

Coordenação de
Aperfeiçoament
o de Pessoal de
Nível Superior
(CAPES),
fundação do
Ministério da

Conselho Editorial

Editores

Fundadores:

Dr. Oston de
Lacerda Mendes.
Dr. João Marcelo
Gigliotti.

Editor

Científico:

Dr. Oston de
Lacerda Mendes

Orientadoras:

Dra. Hevellyn
Andrade
Monteiro
Dra. Chimene
Kuhn Nobre

Revisores:

Lista atualizada
periodicamente
em

Educação (MEC),
desempenha
papel
fundamental na
expansão e
consolidação da
pós-graduação
stricto sensu
(mestrado e
doutorado) em
todos os estados
da Federação.

revistaft.com.br/expresspediente Venha
fazer parte de
nosso time de
revisores
também!

Copyright © Editora Oston Ltda. 1996
- 2023

Rua José Linhares, 134 - Leblon | Rio
de Janeiro-RJ | Brasil