

Construção de horta em um espaço não escolar como atividade promotora de saúde: um relato de experiência

Building a vegetable garden in a non-school space as a health-promoting activity: an experience report

DOI:10.34117/bjdv7n3-404

Recebimento dos originais: 08/02/2021

Aceitação para publicação: 01/03/2021

Anna Luisa Santos de Faria

Acadêmico(a) do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pelo Centro de Formação em Ciências da Saúde da Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), Campus Paulo Freire.

Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB)

Endereço completo: Praça Joana Angélica, 58 - São José, Teixeira de Freitas - BA - 45996-108

E-mail: annaluisa45.alsdf@gmail.com

Gean Moreira Silva Santos

Acadêmico(a) do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pelo Centro de Formação em Ciências da Saúde da Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), Campus Paulo Freire.

Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB)

Endereço completo: Praça Joana Angélica, 58 - São José, Teixeira de Freitas - BA - 45996-108

E-mail: gean.santos@cpf.ufsb.edu.br

Luana Franco Mateus

Acadêmico(a) do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pelo Centro de Formação em Ciências da Saúde da Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), Campus Paulo Freire.

Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB)

Endereço completo: Praça Joana Angélica, 58 - São José, Teixeira de Freitas - BA - 45996-108

E-mail: luanafancomateus@hotmail.com

Julya Fernanda Alves dos Santos

Acadêmico(a) do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pelo Centro de Formação em Ciências da Saúde da Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), Campus Paulo Freire.

Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB)

Endereço completo: Praça Joana Angélica, 58 - São José, Teixeira de Freitas - BA - 45996-108

E-mail: julyaferalv174@gmail.com

Liziane Martins

Doutorado em Ensino, Filosofia e História das Ciências, pela Universidade Federal da Bahia/Universidade Estadual de Feira de Santana (UFBA/UEFS)

Professora do Instituto de Humanidades, Artes e Ciências da Universidade Federal do Sul da Bahia, Campus Paulo Freire e da Universidade do Estado da Bahia (UNEB - DEDC - X)

Endereço completo: Praça Joana Angélica, 58 - São José, Teixeira de Freitas - BA - 45996-108

E-mail: lizianeufsb@gmail.com

RESUMO

A alimentação saudável na infância e na adolescência promove saúde e potencializa o desenvolvimento adequado da criança até a fase adulta. Caso seja negligenciada, a falta de uma alimentação adequada pode gerar problemas de crescimento e diversos tipos de patologias. Nesse sentido, a construção da horta buscou estimular a produção de alimentos mais nutritivos; além de propiciar um ambiente favorável para a manifestação da sensibilidade e autonomia dos indivíduos no que tange à Educação Ambiental. Os proponentes da construção da horta em um espaço não escolar foram os membros do projeto "Educação em Saúde no Abrigo Institucional Lar Sagrada Família em Teixeira de Freitas". A oficina foi planejada a partir dos princípios da metodologia participativa, valorizando os saberes tradicionais e particulares dos colaboradores. Ao total, 11 crianças e adolescentes na faixa etária entre 5 a 16 anos participaram da ação. Esta atividade pode proporcionar uma maior compreensão a respeito dos processos envolvidos na plantação até o consumo dos alimentos. Foi possível, com a intervenção, notar o desenvolvimento dos envolvidos no que tange também a sensibilidade ambiental e coletiva, ao reconhecerem a importância de se trabalhar em grupo e em harmonia com o meio ambiente. Além disso, observou-se o desenvolvimento da autonomia e do senso de responsabilidade nas crianças, uma vez que o processo de germinação e crescimento das plantas necessitavam de cuidados e atenção constantes. Por meio das experiências vividas observou-se que a horta atuou como um instrumento facilitador da aprendizagem, unindo teoria à prática, principalmente em relação aos temas saúde, educação ambiental e consumo. O ato de plantar hortaliças sem a utilização de agrotóxicos, despertou também a atenção das crianças para uma alimentação mais natural e saudável, além de propiciar um espaço, que antes era ocioso, em um ambiente de aprendizagem alternativo por meio da distração e lazer.

Palavras-chave: Educação em Saúde, Horta Comunitária, Alimentação Saudável.

ABSTRACT

Healthy eating in childhood and adolescence promotes health and enhances the proper development of children into adulthood. If neglected, the lack of an adequate diet can generate growth problems and several types of pathologies. In this sense, the construction of the garden sought to stimulate the production of more nutritious food; in addition to providing a favorable environment for the manifestation of sensitivity and autonomy of individuals with regard to Environmental Education. The proponents of the garden construction in a non-school space were the members of the project "Health Education in the Institutional Shelter Lar Sagrada Família in Teixeira de Freitas". The workshop was planned based on the principles of participatory methodology, valuing the traditional and particular knowledge of the collaborators. In total, 11 children and teenagers from 5 to 16 years old participated in the action. This activity can provide a greater understanding of the processes involved from planting to food consumption. It was possible, with the intervention, to notice the development of those involved in terms of environmental and collective sensibility, by recognizing the importance of working in group and in harmony

with the environment. In addition, we observed the development of autonomy and a sense of responsibility in the children, since the process of germination and growth of the plants required constant care and attention. Through the experiences lived it was observed that the garden acted as a facilitator of learning, uniting theory to practice, especially in relation to the themes of health, environmental education, and consumption. The act of planting vegetables without the use of pesticides also awakened the children's attention to a more natural and healthy diet, in addition to providing a space, which was previously idle, in an alternative learning environment through distraction and leisure.

Keywords: Health Education, Community Garden, Healthy Eating.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo da história, o estilo de alimentação passou por diversas modificações. Fonseca et al. (2009) relatam que, com o passar do tempo, a antiga relação do homem com a comida foi perdendo espaço para o “alimento moderno”. Se por um lado, as inovações tecnológicas ocorridas no campo e a mecanização da agricultura trouxeram benefícios para a produção de alimentos em larga escala. Por outro, essa modernização contribuiu para a diminuição do vínculo existente entre produtor-alimento-natureza. Mediante isso, Fonseca et al. (2009) afirmam que é necessário pensar na produção e consumo alimentar sob uma perspectiva social e não apenas na correlação da dietoterapia com a saúde. Frente ao citado, a construção de uma horta em ambiente não escolar pode ser considerada um fator propício ao desenvolvimento do sentimento de pertencimento e do incentivo à autonomia. A partir da compreensão da origem do que se alimenta e do cuidado consigo e com o outro por meio da alimentação (FONSECA et al. 2009) é possível criar condições para o empoderamento dos indivíduos.

Neste contexto, utilizou-se a abordagem socioecológica da saúde como alicerce epistemológico para a construção de uma intervenção didática, por considerarmos que este modo de pensar os processos de saúde valoriza a complexidade de fatores relacionados à saúde e à doença. Concebe-se a abordagem socioecológica, por sua vez, como uma sequência de ações e objetivos que buscam entender a saúde a partir de diferentes aspectos, levando em consideração condições sociais, psicológicas, históricas e geográficas de forma a inserir no “pensar saudável” do indivíduo condições ambientais que influem em sua qualidade de vida (MARTINS, 2017). Em consonância a isso, Costa et al. (2015) mostraram que a construção de uma horta é capaz de trazer diversos benefícios, entre eles ajudar na saúde física e mental dos participantes; auxiliar na prevenção de doenças;

colaborar com a promoção da saúde; favorecer a participação dos indivíduos; privilegiar o uso de elementos naturais e cooperar na perpetuação de conhecimentos populares.

Para os autores Costa et al. (2015), a atividade de cultivo nas hortas comunitárias, por exemplo, é uma prática relevante para a maior sensibilização sobre o papel do ambiente na vida dos indivíduos, bem como para o aprendizado de habilidades relacionadas ao autocuidado, proporcionando mais autonomia e empoderamento aos envolvidos. Percebeu-se que o comprometimento dos participantes, envolvidos no trabalho citado anteriormente, oportunizou a criação de um sentimento de pertencimento da comunidade em relação ao espaço de saúde escolhido para a execução da atividade (ver COSTA et al., 2015).

As hortas possibilitam aos envolvidos uma visão mais positiva dos espaços físicos e geram, assim, uma maior sensação de bem estar. Dessa forma, pode-se considerar a criação de hortas como uma prática que vai de encontro à abordagem socioecológica da saúde, por levar em consideração a influência do ambiente sobre os processos de saúde e doença (ver COSTA et al., 2015; MARTINS, 2017).

Nesse sentido, buscou-se, por meio da abordagem socioecológica, como já dito, propiciar condições ao público-alvo para que, a partir de suas ações e do cultivo de seus alimentos, colocassem em prática a criticidade e o agir de forma positiva em relação ao meio ambiente e a sua saúde. De acordo com Haeser, Büchele e Brzozowski (2012), através do exercício do questionar, decidir e agir a partir de escolhas mais conscientes e da utilização dos saberes populares, torna-se factível ampliar a autonomia e, conseqüentemente, a promoção da saúde na vida daquele indivíduo. A partir dessas reflexões, é possível considerar a relevância da horta dentro de um abrigo, por incentivar o autoconhecimento das crianças e adolescentes, além de promover a consciência ecológica.

Acredita-se também que a implantação de uma horta em um abrigo para crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social seja um diferencial em projetos de extensão, visto que é mais comum a realização desse tipo de atividade em ambiente escolar. Segundo Pimenta e Rodrigues (2011), a construção de um espaço de cultivo de hortaliças pode proporcionar a compreensão e a habilidade em se produzir e consumir o alimento de uma forma mais correta e saudável. Em virtude disso, evidenciar desde cedo as vantagens de se ter hábitos saudáveis é um dos mecanismos mais eficientes para produzir transformações na cultura alimentar e ambiental da população, por proporcionar que o conhecimento adquirido seja colocado em prática desde cedo, favorecendo, assim, que esses jovens tornem-se adultos mais conscientes das suas decisões (DRAGO, 2005).

Este estudo, no qual a intervenção didática está inserida, possui como finalidade a elaboração e a realização de oficinas educativas para fomentar, primeiramente, a troca de saberes entre a comunidade ali inserida e os estudantes universitários voluntários, tendo como objetivo final a promoção de saúde no local escolhido. Algumas das outras oficinas realizadas até o presente momento consistiram em jogos educativos; criação de diários de bordos, local onde a imaginação é estimulada e os sentimentos são descritos no papel; criação de vasos artesanais com argamassa; trabalho com biscoito; meditação; além de momentos de confraternização e diálogo entre a comunidade local e os universitários, dado que, não existe cuidado se não houver vínculo.

Se tratando da construção da horta, alguns objetivos foram idealizados ao se desenvolver essa experiência, dentre eles: transformar um espaço que antes era ocioso em um ambiente de produção sustentável; estimular a produção de alimentos que diminuam os prejuízos à saúde e despertar nas crianças e adolescentes o interesse pelo cultivo de hortaliças. Ainda, no quesito educacional, busca-se promover a educação em saúde e propiciar um ambiente favorável para a manifestação da autonomia dos jovens que ali vivem.

2 METODOLOGIA

A oficina de produção da horta foi realizada no dia 12 de novembro de 2019, no período vespertino (14:30 às 18:00). O público participante consistiu em 11 crianças e adolescentes, na faixa etária entre 5 a 16 anos, sendo sete do sexo masculino e quatro do sexo feminino, acolhidos em um abrigo de um município baiano. Os proponentes da ação foram estudantes do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, da Universidade Federal do Sul da Bahia, em colaboração com um projeto coordenado pela docente Liziane Martins.

A execução ocorreu a partir de algumas etapas, todas de forma participativa, valorizando os saberes tradicionais e particulares dos participantes. A primeira consistiu na escolha da melhor terra disponível no local, a mais úmida e aparentemente mais fértil. Em segundo lugar, foi feita uma limpeza parcial do local, retirando pedras e promovendo a aeração. Logo após, realizou-se a preparação dos recipientes, que consistiu em fazer um corte retangular, com ajuda de estilete ou tesoura, no meio das garrafas plásticas e alguns pequenos furos no fundo para que a muda não fique com excesso de água, quando a mesma for acrescentada no recipiente. Por último, foi adicionada terra nas garrafas, adubo e 4 a 5 sementes da espécie a ser plantada, para, em seguida, regarmos. Posteriormente, identificou-se os vasinhos com os respectivos nomes das crianças responsáveis.

Para a realização do que foi proposto, utilizou-se materiais para jardinagem (como pás e compostagem orgânica), bem como sementes. Por fim, reciclou-se as garrafas pets para servirem como local de germinação das mudinhas. Foram plantadas sementes de fácil cultivo e importantes fontes de vitaminas, sais minerais e fibras, como: alface, tomate, cenoura, cebolinha e coentro que, quando crescidas, servirão de alimento para os que vivem no abrigo, quiçá, posteriormente, auto sustentá-los.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ideia de realizar essa oficina em um abrigo englobou o princípio da agroecologia que, de acordo com Caporal et al. (2009, p. 12), “a partir das bases epistemológicas da Agroecologia, pode-se afirmar que teremos tantas agriculturas quantos forem os diferentes agroecossistemas e sistemas culturais das pessoas que as praticam”. Ou seja, a agroecologia, diferencia-se da agricultura quando busca de forma paralela se integrar ao ecossistema ali existente ou criar um ambiente propício homólogo ao pré-existente. Na experiência aqui relatada ficou evidente como a comunicação entre os meios e os seres que vivem ali, se harmônica, é eficaz e proveitosa.

Na produção da horta, cada criança e adolescente que ali estava se envolveu na atividade. Essa cooperação fez com que as etapas se desenvolvessem de forma satisfatória. No que tange à troca de conhecimentos, o resultado foi animador, e houve participação dos envolvidos. Havia, inclusive, um participante que a partir de seus conhecimentos prévios, aprimorados na escola na qual frequenta, contribuiu com apontamentos acerca da jardinagem e pôde enriquecer a troca de experiências. Não obstante, o desenvolvimento da oficina aumentou a superfície de contato entre indivíduo e natureza.

Esse contato com a natureza pode ser considerado importante, assim como exposto por Rambo e Roesler (2019), pois somos seres biológicos e, portanto, integramos a natureza que nos cerca. Por isso, é válido uma mudança de comportamento no cotidiano dos indivíduos, buscando uma maior interação e harmonia com o ambiente no qual estão inseridos. Ainda em consonância com Rambo e Roesler (2019), a educação atua como propulsora da conscientização, de modo a possibilitar aos sujeitos o desenvolvimento do senso de preservação da natureza.

Partindo dessa perspectiva, é relevante o desenvolvimento de atividades ao ar livre com crianças, de modo que, possibilite-as se reconectarem com a natureza e criarem, por consequência, um sentimento de pertencimento e de respeito com o meio ambiente que o cerca. Vale destacar ainda que, durante a infância, esse vínculo pode despertar um maior

senso de responsabilidade, evidenciado, por exemplo, na atividade da horta, na qual eles posteriormente possuem a incumbência de cuidar das hortaliças ali plantadas. Ademais, por meio da liberdade propiciada pela ação executada, pode se verificar um conseqüente estímulo da criatividade e imaginação dos envolvidos (ver RAMBO; ROESLER, 2019).

Bissoli (2014) ressalta que a atividade educativa não ocorre somente no ambiente escolar, a família e toda a sociedade também podem participar ativamente dessa tarefa. Para a autora, o mediador deve possuir como finalidade a orientação da criança, e não a imposição de conceitos ou métodos. Por isso, é importante a compreensão da cultura do indivíduo, em seus diferentes aspectos, para que se possa construir o aprendizado em conjunto e contribuir para a sua formação como pessoa. Em consonância a isso, Brum e Pereira (1996) reafirmam que a aprendizagem é um processo ativo, e que o trabalho realizado em equipe proporciona o exercício do raciocínio dos indivíduos e favorece a construção de um pensamento crítico que os ajudam na criação e na reformulação de conceitos, proporcionando a formação de pessoas mais conscientes.

Assim como exposto por Luís, Andrade e Santos (2015), para que uma oficina de cunho educativo seja efetivada com qualidade, é necessário uma reflexão acerca do ambiente dialógico que será estabelecido com os participantes. Desta forma, torna-se possível proporcionar a estes a capacidade de praticar e participar do processo educacional que está sendo desenvolvido. Para que isso seja factível, os condutores da oficina devem não só respeitar os apontamentos trazidos, mas serem empáticos à perspectiva do indivíduo e o encorajar para o desenvolvimento da criticidade e sua conseqüente emancipação. Pois, concordamos que “A emancipação e a participação são, afinal, duas faces da mesma moeda, componentes indissociáveis quando se pensa a qualidade em educação de infância” (LUÍS; ANDRADE; SANTOS, 2015, p.525).

Por fim, durante a realização da oficina, não houveram impasses relevantes na vivência, mas um ponto a ser considerado para uma próxima atividade é o desenvolvimento de ações voltadas para o controle da ansiedade. Pode-se identificar a falta de concentração e a inquietação em algumas crianças. Em contrapartida, observou-se a facilidade de trabalho em grupo e o cuidado de uns para com os outros, se destacando os mais velhos para com os mais novos. Vale ressaltar que, o desenvolvimento de um projeto como esse é interessante de se realizar, uma vez que, o contato com a natureza proporciona um sentimento de liberdade.

Para além disso, a metodologia ativa e participativa utilizada potencializou uma compreensão por parte dos envolvidos, acerca dos processos que envolvem a plantação até

o seu consumo final. Ainda nessa perspectiva, acredita-se que essa atividade poderá proporcionar um maior desenvolvimento do senso de responsabilidade nas crianças, uma vez que o processo de germinação e crescimento das plantas requer cuidados e atenção constantes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As experiências vivenciadas indicam que através do contato com a terra, as crianças puderam ressignificar a relação delas com o alimento consumido. Ademais, a construção da horta transformou o espaço ocioso do abrigo e gerou um ambiente de aprendizagem alternativo por meio da distração e lazer. Cabe destacar que desde a escolha dos recipientes para o plantio, através da reutilização de garrafas PET, focou-se em discussões relacionadas à educação ambiental.

A escolha da terra e da adubação estimularam a percepção da natureza como fonte de recursos e, por isso, a necessidade de cuidá-la. O ato de plantar hortaliças sem a utilização de agrotóxicos, despertou a atenção das crianças maiores, para uma alimentação mais natural e saudável, bem como trouxe à tona a importância de se saber a procedência dos alimentos consumidos. Além disso, a necessidade de manutenção do que foi plantado proporcionou aos envolvidos um sentimento de pertencimento e maior respeito pelo processo de produção e aproveitamento do alimento.

Pôde-se observar a horta como instrumento facilitador da aprendizagem, unindo teoria à prática, principalmente em relação às áreas como cooperativismo, educação ambiental, saúde e consumo. A participação coletiva na construção da horta exigiu que os presentes se dedicassem naquele momento, exclusivamente, ao trabalho que estava sendo realizado, estimulando a concentração e dedicação. Espera-se que as crianças participantes da oficina possam atuar como agentes multiplicadores de compreensão sobre os benefícios de uma horta orgânica e da importância de um ambiente sustentável e saudável.

REFERÊNCIAS

BISSOLI, Michelle de Freitas. **Desenvolvimento da personalidade da criança:** o papel da educação infantil. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 19, n. 4 p. 587-597, out./dez, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722014000400587&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 28 set. 2020.

BRUM, Zaleia de Prado; PEREIRA, Maria Arlety. Educação em saúde enfocando higiene, sexualidade e drogadição junto aos meninos de rua na faixa etária de 11 a 14 anos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 49, n. 3, p. 333-342, jul./set, 1996. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71671996000300003&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 28 set. 2020.

CAPORAL, F. R; COSTABEBER, J. A; PAULUS, G. **Agroecologia:** uma ciência do campo da complexidade. Brasília: MDS/Embrapa, 2009. Disponível em: http://www.emater.tcche.br/site/arquivos_pdf/teses/Agroecologiaumacienciadocampodacompl exidade.pdf. Acesso em: 27 set. 2020.

COSTA, Christiane Gasparini Araújo et al. Hortas comunitárias como atividade promotora de saúde: uma experiência em Unidades Básicas de Saúde. **Ciência e Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 20, n.10, p. 3099-3110, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232015001003099&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 28 set. 2020.

DRAGO, R. **Infância, Educação Infantil e Inclusão:** um estudo de caso em Vitória. Tese de Doutorado em Educação. Departamento de Educação da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. 2005. Disponível em: <https://grupoinfoc.com.br/publicacoes/doutorado/d16.pdf>. Acesso em: 27 set. 2020.

FONSECA, Alexandre Brasil et al. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, p.1-10, 27 jun. 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011001000021&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 27 set. 2020.

LUÍS, Joana de Freitas; ANDRADE, Sofia; SANTOS, Paula Coelho. A atitude do educador de infância e a participação da criança como referenciais de qualidade em educação. **Revista Brasileira de Educação**, [S.L.], v. 20, n. 61, p. 521-541, jun. 2015. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbedu/v20n61/1413-2478-rbedu-20-61-0521.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

PIMENTA, José Calisto; RODRIGUES, Keila da Silva Maciel. **Projeto horta escolar:** ações de educação ambiental na escola centro promocional todos os santos de goiânia (GO). In: II Simpósio de Educação ambiental e transdisciplinaridade, 2011. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/52/o/29_Horta_na_escola.pdf. Acesso em: 26 set. 2020.

RAMBO, Graciele Cristiane; ROESLER, Marli Renate von Borstel. Vivência com a natureza no ambiente escolar na primeira infância e sua relevância para construção do respeito e cuidados com o meio ambiente. **Revista Brasileira de Educação Ambiental**, São Paulo, v. 14, n.1, p. 111-131, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2595-31922019000400316&script=sci_arttext. Acesso em: 5 set. 2020.