

Horta como um instrumento de Educação Nutricional e Ambiental

Vegetable Garden as an Instrument for Nutritional and Environmental Education

RESUMO

Carolina Kinverly Novais de Oliveira
carolinaoliveira@alunos.utfpr.edu.br
Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, PR, Brasil

Cristhiane Rohde
cristhianerohde@utfpr.edu.br
Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, PR, Brasil

Cristina de Souza Botelho
cryss.lelis@gmail.com
Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, PR, Brasil

O projeto de extensão Hortalize-se teve como objetivo manter uma horta e realizar ações para promover a Educação Nutricional e Ambiental para a comunidade. Na horta foram cultivadas cebolinha, manjericão, orégano, salsinha e sálvia. Parte da produção da horta foi doada para a comunidade acadêmica, como forma de incentivar uma alimentação saudável e o cultivo de temperos em casa. Também foi criada uma página para o projeto, na qual foram divulgadas informações sobre alimentação saudável, hortas caseiras, além de receitas. Outra parte do projeto foi a preparação de aulas Educação Ambiental para alunos do ensino fundamental da rede pública. A horta serve como área para aulas práticas e fomento para a produção de mudas e temperos usados em ações de sensibilização. A distribuição de temperos, aliada com as informações divulgadas nas redes sociais tem boa aceitação do público, sendo um canal eficiente de comunicação e sensibilização da comunidade acadêmica. As aulas de Educação Ambiental com as crianças permite a formação de multiplicadores de conhecimento, aumentando o alcance do projeto com a comunidade externa. O estímulo para a manutenção de hortas caseiras contribui para a criação de novos hábitos alimentares, destacando a qualidade dos alimentos e do meio ambiente.

PALAVRAS-CHAVE: Sensibilização. Temperos. Ervas condimentares.

ABSTRACT

The Hortalize-se extension project aimed to maintain a vegetable garden and carry out actions to promote Nutritional and Environmental Education for the community. A vegetable garden was maintained, in which chives, basil, oregano, parsley, sage and mint were grown. Part of the garden's production was donated to the academic community, as a way to encourage healthy eating and the cultivation of spices at home. A page was also created for the project, in which information on healthy eating, home gardens, as well as recipes were disseminated. Another part of the project was the preparation of Environmental Education classes for public elementary school students. The vegetable garden serves as an area for practical classes and promotion for the production of seedlings and spices used in awareness-raising activities. The distribution of spices, combined with the information published on social networks, is well accepted by the public, being an efficient channel of communication and awareness of the academic community. Environmental Education classes with children allow the formation of knowledge multipliers, increasing the reach of the project with the external community. The incentive

Recebido: 19 ago. 2020.

Aprovado: 01 out. 2020.

Direito autoral: Este trabalho está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.



to maintain home gardens contributes to the creation of new eating habits, highlighting the quality of food and the environment.

KEYWORDS: Awareness. Spices. Spice herbs.

INTRODUÇÃO

Em decorrência dos novos avanços tecnológicos e da facilidade de acesso a mídias digitais, tais como celulares, vídeo games, computadores e televisores, o contato de crianças e adolescentes com o meio ambiente e a natureza tem ficado cada vez escasso e raro. Em geral, estas práticas comumente podem ser associadas ao sedentarismo e ao consumo de alimentos ultraprocessados, o que reflete, além de suas preferências alimentares, as características culturais de cada indivíduo, associadas ao seu estilo de vida.

No entanto, é imprescindível o oferecimento de novas informações sobre alimentação e nutrição, mostrando os benefícios de determinados alimentos e os malefícios de outros, bem como a importância da preservação do Meio Ambiente e o resgate de antigos hábitos que possam restabelecer o convívio com a natureza, proporcionando um aumento do conhecimento individual, o que, por sua vez, poderá garantir que os indivíduos envolvidos entendam seu papel, como colaboradores ativos em uma sociedade que deve assegurar a coexistência entre o homem e a natureza (FIOROTTI et al., 2011).

A partir dos anos 1960, a Educação Ambiental foi gradativamente sendo encarada como um instrumento de construção da cidadania, tendo como propósito transformar a conduta e a consciência da população, buscando mudar os atuais padrões de consumo da sociedade (SERRANO, 2003). Sendo assim, a atuação de projetos envolvendo a construção de hortas em escolas possuem um papel transformador e de grande relevância no desenvolvimento do processo educativo, trazendo temas importantes como meio ambiente, sociedade, e educação para a saúde através dos aspectos nutricional e alimentar (DINIZ, 2019).

Considerando este pensamento, o atual projeto tem como intuito desenvolver atividades que permitam relacionar a educação ambiental com a educação alimentar e valores sociais, possibilitando assim, que os sujeitos envolvidos possam atuar na construção de uma sociedade sustentável e consciente. Dentre os principais objetivos do projeto destacam-se a melhoria da qualidade de vida por meio de hábitos alimentares saudáveis e o resgate de práticas sustentáveis de plantio de ervas aromáticas e condimentares, bem como o constante processo de sensibilização frente às questões ambientais, seja por meio da divulgação de informações através das mídias sociais ou com aulas de educação ambiental para crianças da rede pública de ensino.

Nas atividades escolares, a horta escolar pode ser utilizada como um recurso didático para o ensino das ciências (biologia, matemática e português) permitindo relacionar o teórico com o prático bem como a Educação Ambiental, facilitando o aprendizado e proporcionando uma assimilação efetiva do conteúdo abordado (OLIVEIRA et al., 2018).

O projeto visa proporcionar a modificação dos hábitos alimentares dos alunos, além de transformar a percepção a respeito da necessidade do reaproveitamento de materiais tais como: garrafas pet, embalagens tetra pak, copos descartáveis, entre outros. Tais atividades auxiliam no desenvolvimento da consciência de que é necessário adotarmos um estilo de vida menos impactante sobre o meio ambiente bem como a integração dos alunos com a problemática ambiental vivenciada a partir do universo da horta escolar (CRIBB, 2010).

Deste modo, as atividades a serem realizadas buscam promover aulas de educação ambiental para crianças de escolas públicas, trazendo interação entre escolas, familiares e a comunidade local, além de estimular hábitos alimentares saudáveis garantindo uma melhoria na qualidade de vida e incentivando os alunos a participarem de forma prazerosa de atividades que levem a sensibilização sobre a importância do cuidado e respeito para com o meio ambiente. Em conjunto a estas ações, continuaremos desenvolvendo a horta e cultivando nossas plantas e ervas condimentares no campus da universidade, para que este material possa servir de suporte para outras ações e atividades desenvolvidas pelo projeto.

MATERIAL E MÉTODOS

Foram realizadas diversas atividades de sensibilização da comunidade acadêmica e comunidade externa sobre a importância de uma alimentação saudável e sustentável. Inicialmente, foi feita a manutenção de uma horta de temperos e ervas condimentares na UTFPR. As espécies mantidas na horta foram: cebolinhas, manjeriço, orégano, salsa e sálvia.

Como forma de incentivo para a adoção de uma alimentação natural e saudável, parte da produção de temperos da horta foi distribuída gratuitamente para a comunidade acadêmica. Os temperos foram entregues juntos com um cartão com informações sobre o Hortaliça-se e as redes sociais do projeto.

Foi feita a construção e a manutenção de uma página para o projeto nas redes sociais, com o objetivo de publicar informações confiáveis e de qualidade, por meio da publicação de conteúdo sobre os malefícios e benefícios dos alimentos, além de propor alternativas para uma alimentação saudável e equilibrada, com receitas práticas para o cotidiano do dia-a-dia.

Também foram preparadas aulas de Educação Ambiental para alunos da rede pública do ensino fundamental, como forma de resgatar o contato com a natureza, ressaltar a importância da preservação do Meio Ambiente, da produção de alimentos sustentáveis e da alimentação saudável. As aulas foram separadas em 5 temas, sendo eles: Introdução sobre o Meio Ambiente; Decomposição de resíduos; Reciclagem; Ciclagem de nutrientes; Alimentos orgânicos.

Todas as aulas foram preparadas e organizadas seguindo uma estrutura em etapas, sendo elas:

Etapa 1. Verificação do conhecimento prévio dos alunos (por meio de conversas e atividades lúdicas).

Etapa 2. Apresentação do conteúdo, com os principais conceitos sobre o tema.

Etapa 3. Realização de uma atividade prática e/ou dinâmica (brincadeiras, jogos didáticos).

Para a realização das atividades práticas, será utilizado o pátio de compostagem da UTFPR, com o intuito de apresentar como deve ser a destinação correta para os resíduos de alimentos, incentivando a compostagem doméstica. Os alunos também poderão observar o processo de vermicompostagem em uma composteira mantida pelo grupo do Petamb.

Outro local utilizado para as atividades práticas será a horta do projeto, onde serão desenvolvidas algumas práticas, tais como a observação do manejo de uma horta e o plantio de mudas de temperos em recipientes recicláveis, como caixas de leite e garrafas pet. O plantio de mudas busca fomentar o consumo de alimentos naturais produzidos de forma sustentável, e os recipientes recicláveis serão utilizados para promover o reaproveitamento de materiais que antes seriam descartados de forma incorreta.

Todo o material para as aulas já foi produzido. Porém ainda não foi aplicado nas escolas em função do início da quarentena estabelecida pela pandemia causada pelo SarsCov2.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A manutenção da horta de temperos e ervas condimentares é fundamental para a realização do projeto, pois serve como um espaço para aulas práticas; fomenta a produção de mudas para as aulas de educação ambiental; fomenta a produção de temperos para serem usados em cursos e para serem doados, como forma de sensibilização (Figuras 1).

Figura 1 – Plantas condimentares do projeto de extensão Hortalize-se mantido no campus Medianeira da UTFPR



Fonte: Autoria própria (2019).

A distribuição de temperos para a comunidade acadêmica garantiu um momento de sensibilização sobre a importância de uma alimentação saudável e balanceada, tendo em vista a busca pela melhoria na qualidade de vida (Figura 2). Essa ação também auxiliou da divulgação da horta mantida no campus e das demais ações do projeto. A comunidade acadêmica teve boa aceitação e demonstrou interesse em receber e utilizar os temperos doados.

Figura 2 – Distribuição de cebolinhas feita pelo projeto de extensão Hortalize-se para a comunidade acadêmica do campus Medianeira da UTFPR.



Fonte: Autoria própria (2019).

A manutenção da página do projeto Hortalize-se nas redes sociais tem contribuído para o processo de sensibilização da comunidade acadêmica e da comunidade externa, sempre com a disponibilização de informações relevantes e pertinentes a respeito dos benefícios e malefícios do consumo de determinados alimentos (Figura 3).

Figura 3 – Página do projeto de extensão Hortalize-se no Facebook



Fonte: Autoria própria (2020).

Para as aulas de Educação Ambiental, foram desenvolvidos materiais didáticos que visam ensinar conceitos importantes sobre o meio ambiente, saúde e sociedade (Figura 4). Também visa mostrar a importância de práticas para minimizar os impactos das ações humanas na natureza, além de buscar alternativas sustentáveis para se viver em harmonia com o meio ambiente.

Figura 4 – Material desenvolvido pelo projeto de extensão Hortalize-se para aulas de Educação Ambiental com o ensino fundamental da rede pública do município de Medianeira, PR.



Fonte: Autoria própria (2020).

CONCLUSÕES

A manutenção da horta, bem como as demais ações de sensibilização desenvolvidas nesse projeto contribuíram para melhorar a alimentação, a qualidade de vida, o conhecimento sobre a origem dos alimentos e o respeito com meio ambiente, tanto dos alunos, como da comunidade local.

O incentivo para o resgate das hortas caseiras e comunitárias, além de contribuírem diretamente com uma alimentação saudável, auxilia na formação de cidadãos conscientes a respeito das questões ambientais.

O desenvolvimento de um projeto de extensão ultrapassa as barreiras da universidade, com benefícios para a comunidade externa, contribuindo para desenvolvimento social e econômico local.

AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com o apoio da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR – Brasil.

REFERÊNCIAS

CRIBB, Sandra Lucia de Souza Pinto. **Contribuições da educação ambiental e horta escolar na promoção de melhorias ao ensino, à saúde e ao ambiente.** Revista Eletrônica do Mestrado Profissional em Ensino de Ciências da Saúde e do Ambiente, v. 3, n. 1, abr. 2010.

DINIZ, Franciane. **Contribuições da horta escolar para uma educação problematizadora nos anos finais do ensino fundamental.** Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Maria Cristina de Senzi Zancul. Dissertação de Mestrado (Programa de Pós-Graduação em Educação Escolar) - UNESP, Araraquara, SP, 2019.

FIOROTTI, J. L.; CARVALHO, E. S. S.; PIMENTEL, A. F.; SILVA, K. R. **Horta: A importância no desenvolvimento escolar.** XIV Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e X Encontro Latino Americano de Pós-Graduação. Horta: a importância no desenvolvimento escolar, Espírito Santo, 2011.

GONSALEZ, Michele da Silva. **Cultivar o saber: O uso do tema social horta no ensino de ciências.** Orientador: Prof.^ª Dr.^ª Patrícia Fernandes Lootens Machado. Dissertação de Mestrado (Mestre em Ensino de Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências) - Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2013.

MASSINE, M.C.L. **Sustentabilidade e Educação Ambiental – Considerações acerca da política nacional de educação ambiental – A Conscientização ecológica em foco.**

OLIVEIRA, Fabiana Rezende; PEREIRA, Emmanuelle Rodrigues; JÚNIOR, Antônio Pereira. **Horta escolar, educação ambiental e a interdisciplinaridade.** Revista brasileira de educação ambiental, São Paulo, ano 2018, v. 13, n. 02, p. 10 - 31, 7 ago. 2018.

SERRANO, Climene Maria Lopes. **Educação ambiental e consumerismo em unidades de ensino fundamental de Viçosa - MG.** 2003. 107 f. Tese (Programa de Pós - Graduação em Ciência Florestal) - Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, MG, 2003.

SIQUEIRA, F. M. B.; AMORIM, F. D. A. S.; SOUZA, F. S. C.; SILVA, A. C. V.; MARTINS, M. E. P. **Horta escolar como ferramenta de educação ambiental em uma escola estadual no município de Várzea Grande – MT.** VII Congresso Brasileiro de Gestão Ambiental, Campina Grande, PB, 24 nov. 2016.