



Projeto cultivando cidadania: o papel das hortas urbanas na promoção da alimentação saudável em Aracaju, Sergipe.

Cultivating citizenship project: the role of urban gardens in promoting healthy eating in Aracaju, Sergipe.

ALMEIDA GOMES, Leila¹; CANUTO SILVA, Tatiana²; BATISTA DE JESUS, Alessandra³; VIEIRA SANTOS, Maria Thamirys⁴.

¹ Nutricionista da Secretaria Municipal da Família e da Assistência Social, Prefeitura Municipal de Aracaju, leilagomes.se@hotmail.com; ² Nutricionista da Secretaria de Estado da Inclusão, Assistência Social e do Trabalho, Governo de Sergipe, tatiicanuto@hotmail.com; ³ Estagiária de Nutrição da Secretaria Municipal da Família e da Assistência Social, PMA, alessandra.batista.0305@gmail.com; ⁴ Estagiária de Nutrição da Secretaria Municipal da Família e da Assistência Social, PMA, thamirysvieiraa@gmail.com.

Eixo Temático: Saúde e Agroecologia

Resumo: A integração entre a agroecologia e a alimentação deve-se ao Cultivando Cidadania, realizado pela Diretoria de SAN da Secretaria Municipal da Família e da Assistência Social do município de Aracaju e objetiva atrair famílias em vulnerabilidade para desenvolver habilidades agroecológicas e melhorar o padrão alimentar reduzindo o consumo de industrializados e tornando acessíveis os alimentos *in natura* e sem agrotóxicos. A equipe de nutrição realizou a avaliação antropométrica, palestras e ações de Educação Alimentar e Nutricional como estratégias para promover a SAN, garantindo o DHAA. Após as ações notou-se melhora no perfil antropométrico e alimentar, com a aceitação e consumo dos alimentos cultivados e redução na ingestão dos industrializados, além da disseminação do conhecimento para os familiares e toda a comunidade.

Palavras-Chave: Agroecologia; Nutrição; Segurança Alimentar.

Keywords: Agroecology; Nutrition; Food Security.

Contexto

A integração entre a agroecologia e a alimentação deve-se ao projeto Cultivando Cidadania, realizado pela Gerência de Segurança Alimentar e Nutricional (GESAN) da Secretaria Municipal da Família e da Assistência Social do município de Aracaju.

O projeto teve início no ano de 2017 e vem sendo desenvolvido até o presente momento, visando à implantação de hortas urbanas em locais públicos e comunitários com famílias inseridas no Cadastro Único/Bolsa Família.

O objetivo é atrair as famílias em situação de vulnerabilidade fortalecendo seus laços familiares através de atividades de sensibilização, apresentação de experiências exitosas no que se refere a hortas urbanas e atividades de manutenção das hortas desenvolvidas em conjunto, com práticas agroecológicas além de gerar renda com a venda dos alimentos produzidos por eles e melhorar o padrão alimentar reduzindo o



consumo de industrializados e tornando acessíveis os alimentos *in natura* e sem agrotóxicos.

O Cultivando Cidadania possibilita à Aracaju tornar-se um grande polo agroecológico de hortas urbanas, trazendo uma maior qualidade de vida à população aracajuana.

Descrição da Experiência

O projeto inicia com a seleção dos espaços físicos e a análise das potenciais famílias a participarem do projeto (Figura 1A). Foram utilizados como critérios para seleção dos espaços, que os mesmos fossem geridos pela Prefeitura Municipal de Aracaju sendo esses, escolas municipais, Centros de Referência de Assistência Social (CRAS), abrigos e entidades sociais municipais, e que fosse viável a implantação de uma horta urbana, possuindo pequenas áreas destinadas à produção de cultivos para consumo próprio ou para vendas em pequenas escalas tendo como local de escoamento da produção feiras agroecológicas.

A implantação do Cultivando Cidadania começa com visita ao espaço onde são observados fatores como área disponível para cultivo, qualidade e quantidade de água, fertilidade do solo e tomada de decisões (escolhas das culturas) através do parecer técnico do engenheiro agrônomo. Posteriormente há uma capacitação sobre as técnicas a serem utilizadas no cultivo com as famílias que serão atendidas pelo equipamento em questão.

O preparo do espaço é feito de forma coletiva contando com a presença das famílias além da equipe da Gerência de Segurança Alimentar e Nutricional. O trabalho é realizado de forma manual com o auxílio de pá, enxada e ancinho. A adubação do terreno é realizada com esterco bovino e a irrigação inicialmente realizada manualmente com a utilização de regadores. Posteriormente é feita a troca da irrigação por gotejamento e micro-aspersão.

As hortaliças cultivadas são dos grupos de hortaliças de folhas, flores e hastes (coentro, rúcula, alface, cebolinha, couve e salsa), hortaliças de frutos (tomate, pimentão, berinjela, pimenta, quiabo, abóbora e milho) e as hortaliças de raízes (macaxeira) além de Plantas alimentícias não convencionais - PANCs (major gomes, coentrão) e medicinais (hortelã, boldo, capim santo e manjeriço). A assistência técnica para a manutenção das hortas é feita duas vezes por semana através de um engenheiro agrônomo, três estagiários de agronomia e um técnico de serviços gerais realizadas.

Nesse momento entra o trabalho da nutrição, com palestras e ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) sobre a importância do consumo de alimentos saudáveis e *in natura*, como o imagético com a quantidade de açúcar dos alimentos industrializados (Figura 1B), o semáforo dos alimentos, que mostra de uma forma



lúdica quais alimentos devem ser consumidos com maior frequência, como os *in natura*, quais devem ser limitados como os processados e quais devem ser evitados, como os ultraprocessados. Foi utilizado um painel (Figura 1B) com fotos para explicar o que são alimentos *in natura*, processados e ultraprocessados de acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014).

Os bairros escolhidos para implantação das hortas foram os com maior índice de vulnerabilidade social, utilizado como base no Mapa da Extrema Pobreza. As famílias participantes tinham ainda que ter o número de identificação social (NIS), que é o um número de cadastro atribuído pela Caixa Econômica Federal às pessoas que serão beneficiadas por algum projeto social e ainda não possuem cadastro no PIS (Programa de Integração Social).

As atividades são estratégias para alcançar a Segurança Alimentar e Nutricional e garantir o Direito Humano à Alimentação Adequada das famílias, promovendo a prática autônoma e voluntária de hábitos saudáveis, fornecendo informações sobre alimentação adequada e saudável e utilizando recursos educacionais para interação do público alvo, como materiais lúdicos e pedagógicos.

A nutricionista, junto às estagiárias, realiza avaliação antropométrica (Figura 1C) inicial dos participantes aferindo peso, altura, circunferência da cintura e calculando o índice de massa corporal (IMC) para obter o diagnóstico nutricional e servir como base para os temas das ações de EAN.

Junto à antropometria é aplicado um questionário para investigar os hábitos alimentares de toda família, baseado no formulário de marcadores de consumo alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) (BRASIL, 2008). Como forma de acompanhamento, a antropometria e o questionário são reaplicados, porém o relato de cada indivíduo é de extrema importância, pois ao longo dos encontros os participantes deixam claro que estão levando os alimentos para casa e introduzindo-os na alimentação diária de toda família.

A princípio, a população, em sua grande maioria, não tem conhecimento dos riscos de uma alimentação baseada em alimentos processados e ultraprocessados e, por fatores muitas vezes financeiros, têm pouco acesso a alimentos agroecológicos.

Outro viés do projeto é a inclusão produtiva que visa a complementação de renda para essa população mais carente, através de uma significativa diminuição na compra de alimentos consumidos diariamente (os alimentos produzidos nas hortas) e possibilitando um aumento da renda familiar por meio de feiras populares, que acontecem quinzenalmente na Sede Administrativa da Prefeitura Municipal de Aracaju.

Diversos participantes do projeto já trabalham em feiras, vendendo os produtos agroecológicos colhidos por eles mesmos. Além da parte financeira, já citada acima, também é observada nessas vendas que os aprendizados das atividades de EAN que



os participantes do projeto receberam, possibilitam a geração de uma resposta aos compradores sobre os benefícios dos alimentos sem veneno e suas diferenças dos convencionais.

Tal fato permite observar um considerável progresso entre os participantes do projeto quando no começo eles nem sabiam do que se tratava os alimentos sem agrotóxicos e, atualmente, eles sanam as dúvidas de outras pessoas que consomem os produtos da horta. Muitas vezes de uma forma mais simples e usual, mas sempre chegando ao mesmo ponto: da qualidade e segurança de um alimento sem agrotóxicos.



Figura 1A. Conversa inicial com as possíveis famílias, explicando como funciona o projeto.



Figura 1B. Painéis utilizados nas atividades de EAN.



Figura 1C. Avaliação

Resultados

Durante o desenvolvimento do projeto, o acesso e a aceitação por verduras e legumes já é consideravelmente melhor, visto que a cada colheita, o participante tem a felicidade de comer aquilo que ele mesmo plantou e acompanhou o crescimento, fortalecendo o vínculo entre o alimento e o consumidor. Isso reflete em melhorias na



sua qualidade de vida e no seu perfil nutricional.

Periodicamente são feitas atividades de EAN tais como palestras e dinâmicas, com temas acerca da alimentação saudável. Alguns exemplos são: palestras sobre cuidados essenciais para prevenir as doenças crônicas não transmissíveis e a quantidade de sal e açúcares presentes nos industrializados através do recurso visual do imagético, o qual é apresentado a embalagem do alimento e a quantidade real de açúcar e sal presentes. O imagético é uma ferramenta de grande impacto, pois as pessoas passam a olhar os alimentos industrializados de maneira diferente e algumas delas reduzem e até cessam os consumos de alguns desses alimentos.

Vale salientar o dispêndio energético significativo durante um trabalho em uma horta. Ali podemos observar atividades teoricamente simples, mas que em conjunto representam um gasto calórico moderado trazendo inúmeros benefícios, tais como melhora na atividade cardiovascular, diminuição do percentual de gordura e aumento da massa magra.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) o conceito de saúde é definido como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades” (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1946). Sendo assim, pelo envolvimento no plantio, na venda, no consumo dos alimentos agroecológicos e na interação entre os participantes nas atividades do projeto seja nos momentos de sensibilização, nos momentos do cultivo e da venda nas feiras. Não podemos deixar de frisar que a saúde mental dos participantes também apresentou grande melhora.

O contato com a terra, com as sementes e com o alimento já pronto para colheita, apresenta efeitos até mesmo terapêuticos para os participantes. Ao longo dos meses vários relatos foram dados, sempre trazendo resultados positivos contra males tão comuns do século, como: depressão, ansiedade, tensões. Fazendo assim que essas pessoas não só desfrutem, como promovam sua própria saúde o que barateia o custo na saúde pública.

Agradecimentos

Agradecemos a Prefeitura Municipal de Aracaju, em especial a Secretaria Municipal da Família e da Assistência Social, que juntamente com toda a equipe da Gerência de Segurança Alimentar e Nutricional (GESAN) possibilitaram o desenvolvimento de ações como essa, que só fortalecem a política pública.

Referências bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/>

Cadernos de Agroecologia – ISSN 2236-7934 - Anais do XI Congresso Brasileiro de Agroecologia, São Cristóvão, Sergipe - v. 15, no 2, 2020.



images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf. Acesso em: 17 jan. 2019.

BRASIL, Ministério Da Saúde. **Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde**. Brasília, 2008.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) - 1946**. Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>. Acesso em: 17 maio 2019.