



**Estímulo ao consumo de partes não convencionais de vegetais orgânicos
como estratégia de segurança alimentar e nutricional e diminuição do
desperdício de alimentos no programa horta em todo canto**

*Stimulus to the consumption of unconventional parts of organic vegetables as a
strategy of food and nutritional security and reduction of food wastage in the
vegetable garden program in every corner*

GOMES DA SILVA, Ana Paula

Instituto Agronômico de Pernambuco, ana.paula@ipa.br

Eixo Temático: Políticas Públicas e Agroecologia

Resumo: Existem partes dos vegetais que não são utilizadas, mas que podem ser aproveitadas para enriquecer o valor nutritivo das refeições, e ainda evitar o desperdício de alimentos. Objetivou-se com esse trabalho sensibilizar os/as participantes do curso de implantação de horta orgânica para a importância do aproveitamento total dos alimentos, refletindo sobre hábitos alimentares saudáveis e na utilização integral dos alimentos. Como forma de obter êxito foram desenvolvidas atividades que abordaram vários temas dentro do universo da alimentação, sendo de grande relevância para estimular o consumo de partes não convencionais de vegetais orgânicos, contribuindo para uma alimentação rica em nutrientes e com diminuição na produção de lixo.

Palavras-chave: Aproveitamento Total dos Alimentos; Hábitos Alimentares Saudáveis; Horta Orgânica.

Keywords: Total Food Utilization; Healthy Eating Habits; Organic Garden.

Contexto

O crescente interesse pelo consumo de alimentos com maior valor nutritivo e menor teor de contaminantes, além da busca por hábitos de vida mais saudáveis, têm contribuído para impulsionar o consumo de alimentos orgânicos. O conhecimento de diferentes alimentos é essencial para a aquisição de uma alimentação variada, o que constitui uma das premissas fundamentais para uma alimentação saudável. A oferta de hortaliças (verduras, folhosas e legumes) e frutas são determinantes não só para o consumo, mas também, da preferência por este tipo de alimento (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008).

Utilizando o conceito do aproveitamento total dos alimentos com utilização de talos, folhas, cascas e sementes nas refeições, leva há uma redução no custo das preparações em até 30% nas refeições, possibilitando sua maior frequência de uso, ocasionando redução da desnutrição, carências nutricionais, obesidade ou doenças decorrentes da ingestão insuficiente desses alimentos (MONTEIRO, 2009).

Esses rejeitos orgânicos são perdidos pela população, tanto pela desinformação da caracterização química dos vegetais, quanto pelo desconhecimento em se controlar os fatores físicos e químicos que afetam a vida útil desses vegetais após a colheita. A



minimização de rejeitos orgânicos dispensados na natureza contribuiria de forma positiva para a conservação dos recursos naturais (LIMA et al, 2008).

O Programa Horta em Todo Canto, lançado em 2016 pelo governo de Pernambuco, atua na região metropolitana do Recife e tem como objetivo, fomentar entre as instituições do Governo do Estado a importância e a consciência do consumo e cultivo de alimentos saudáveis. Inserido em uma Política de Segurança Alimentar e Nutricional, este programa reafirma o compromisso de Pernambuco em estimular atitudes que melhorem a qualidade de vida das pessoas sob o seu aspecto mais amplo; da saúde e do bem estar proporcionado pela ação de mexer com a terra, de cuidar e colher. A iniciativa promove o cultivo de alimentos sem a utilização de agrotóxicos em equipamentos da administração estadual, e oferece várias atividades aos seus participantes, e dentre elas o curso de implantação de horta orgânica.

Descrição da experiência

O curso de implantação de horta orgânica é executado na horta escola do Instituto Agrônomo de Pernambuco, tendo como facilitadores extensionistas e pesquisadores com conhecimento em várias áreas necessárias para a instalação de uma horta e sua manutenção.

Os principais atores que formam as turmas desse curso são principalmente funcionários e funcionárias, que serão responsáveis por hortas a serem implantadas nas instituições que sinalizam o desejo em aderir ao programa.

O curso de 24 horas, distribuídas em três módulos, acontece na horta escola do Instituto Agrônomo de Pesquisa – IPA, órgão de pesquisa, extensão rural e recursos hídricos do governo estadual, e que faz parte do referido programa. As aulas são teóricas e práticas, e abordam temas que vão desde a importância de se fazer análise de solo, até o aproveitamento total dos alimentos produzidos na horta. Dentro da grade do curso, também são trabalhados temas como construções de canteiros, controle biológico de pragas, implantação de minhocário, composteira e sementeira, entre outros.

Seguindo a linha do tempo entre o “plantar e o colher”, o último módulo é dedicado a levar os participantes a uma reflexão que vai desde o direito humano a uma alimentação adequada, até sugestões de aproveitamento total dos alimentos, com produtos oriundos da horta orgânica, utilizando a metodologia de roda de conversa. Entende-se que essa é uma possibilidade metodológica, para uma comunicação dinâmica e produtiva entre seus participantes. Essa técnica se apresenta como um rico instrumento para ser utilizado como prática metodológica de aproximação entre os sujeitos no cotidiano pedagógico.

Nessa atividade o público participante é estimulado a contar suas experiências relativas aos assuntos propostos e também são apresentadas alternativas viáveis e de fácil execução, que não foram citadas pelos participantes, ampliando assim o leque de conhecimento compartilhado.



Todos os produtos oriundos das hortas institucionais a serem implantadas e cuidadas serão doados para consumo de todos aqueles que trabalham na instituição.

Resultados

O curso começou a ser oferecido desde Setembro de 2017 e vem até o momento, oferecendo turmas de fevereiro a maio e de agosto a dezembro, certificando até o mês de Maio de 2019, 428 participantes. Além dos funcionários e funcionárias das instituições que aderiram ao programa, e que estão ocupando cargos de gestores de hospitais e escolas, extensionistas rurais, bombeiros, professores, sociólogos, assistentes sociais, jornalistas, serventes, secretárias e nutricionistas. Também participam desse curso, outro grupo de pessoas, que solicitam vagas por demanda espontânea, muitas vezes para implantar uma horta doméstica, ou comunitária.

Com um perfil bastante diversificado de pessoas que atuam nos mais variados espaços, públicos e privados, o modulo que trata de alimentação humana e suas nuances, alcança um leque bastante diversificado da população em vários níveis de escolaridade entre pessoas que tem apenas o ensino fundamental, até pós doutores.

Sendo assim o curso de implantação de horta orgânica tem grande relevância para estimular e ampliar o consumo de partes não convencionais de vegetais orgânicos, contribuindo assim para uma alimentação mais rica em nutrientes e com diminuição de produção de lixo, impactando positivamente no meio ambiente.

Referências Bibliográficas

LIMA, G.P.P. *et al.* Parâmetros bioquímicos em partes descartadas de vegetais. In: **PROGRAMA Alimento-se Bem:** tabela de composição química das partes não convencionais dos alimentos. São Paulo: SESI, 2008.

MONTEIRO, B. de A. **Valor nutricional de partes convencionais e não Convencionais de frutas e hortaliças.** Botucatu: Dissertação de Mestrado, 2009, fev. 2009. 62 f.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista Nutrição**, Campinas, v. 21, n. 6, dez. 2008.