

## **Agroecologia e Fitoterapia Ayurveda – uma experiência na zona rural de Porto Alegre**

VIANNA, Rosélia Araújo; MENEZES, Gisele de; BRAGA, Ricardo Burgo; CABRAL Jr, Victor Américo da Silveira

**Eixo Temático: Soberania e segurança alimentar e nutricional (SSAN) e saúde**

### **Apresentação**

Os conhecimentos e práticas em agroecologia são mais do que necessários nos tempos atuais, pois tem se visto a necessidade de nos relacionarmos de forma diferente com o ecossistema. Assim também deve-se entender a relação dos próprios seres humanos com sua saúde física, mental e espiritual. Na conjunção destes pontos temos o milenar sistema de saúde Ayurveda que, originário na Índia, atualmente é disseminado em todo o mundo. O desafio é entender o conceito do sistema e trabalhar com plantas nativas, pois o conhecimento é universal, mas a interação deve ser local. Este artigo apresenta o começo de um diálogo da agroecologia com a fitoterapia ayurvédica, na experiência prática da Quinta das Tarumãs, Porto Alegre-RS.

### **Contextualização da experiência**

A Quinta das Tarumãs, localizada na zona rural de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, iniciou seu cultivo agroecológico em 2016, como subsistência para a família. A propriedade possui dois hectares, com biomas característicos de Mata Atlântica em transição para o Pampa. Neste espaço, cerca de três mil metros quadrados são atualmente cultivados no formato de jardim culinário e roça.

O clima na região é subtropical/temperado, com microclima úmido de zona de restinga. O solo é argiloso semi-impermeável, com tendência a pH ácido e escassez de matéria orgânica originalmente. Nas redondezas a prosperidade econômica há alguns anos era por olarias, pois a abundância de argila é significativa. Para o início do cultivo foi necessária a análise de solo e alguns ajustes com calcário e fosfato, além do acréscimo de matéria orgânica, até os dias atuais.

Ao decidirem viver na área rural, Rosélia e Victor, entenderam que os desafios de aprendizado que teriam, e escolheram o caminho da agroecologia para efetivar sua reconexão com a terra. Neste momento também se aproximavam dos conhecimentos e práticas com o sistema de saúde Ayurveda. Estes dois pilares - agroecologia e ayurveda - se uniram como modo de vida no local.

Em busca de compreensão profunda dos conceitos e técnicas da agroecologia, em 2018, a Quinta das Tarumãs se vinculou a Associação dos Produtores Agroecológicos da Região Metropolitana de Porto Alegre - RAMA. Mais do que a

conquista da Certificação de Produção Orgânica, a associação tem sido a escola para todas as práticas efetivadas.

### **Desenvolvimento da experiência**

O primeiro plantio se deu em uma pequena estufa com 300 metros quadrados, e já houve a tendência de cultivar ervas medicinais, aromáticas e condimentares. Após a visita de Técnico da EMATER e a associação à RAMA, a área de plantio foi expandida para 2.200m<sup>2</sup>. Neste espaço decidiu-se pelo formato de *Potager* (Jardim Culinário) - no qual são cultivadas ervas, hortaliças, leguminosas, flores, pancos em uma estética harmoniosa.

Com o andamento da capacitação como Terapeuta Ayurveda, Rosélia foi se direcionando para os assuntos da fitoterapia e nutrição do sistema indiano. Os estudos com médicos e terapeutas brasileiros e estrangeiros foram formando uma rede de parceiros em teorias e práticas para o desenvolvimento de um pensamento mais amplo sobre o cultivo.

O Centro de Yoga e Ayurveda Povo em Pé, localizado no bairro Belém Novo, também em Porto Alegre, é um parceiro fundamental na experiência com plantas para os tratamentos ayurvédicos. Como credenciado da Escola Yoga Brahma Vidialaya, de Minas Gerais, o Povo em Pé recebe, desde 2016, estudantes de várias partes do Rio Grande do Sul e Santa Catarina, para a formação como Terapeutas Ayurveda. Em seu espaço possui alguns exemplares das plantas utilizadas em terapias e obteve no plantio da Quinta das Tarumãs uma diversidade maior de espécies, principalmente nativas. Em fevereiro de 2020, antes dos procedimentos de isolamento social em função do novo Coronavírus, houve a primeira visita de alunos do curso de formação em Terapeuta Ayurveda no espaço de cultivo, com a orientação do Dr. AvinashLele (médico indiano para o módulo de Fitoterapia Ayurveda).

A escolha das ervas a serem cultivadas teve como motivação primeira a aproximação e a adaptação das receitas indianas às plantas nativas brasileiras, em segundo plano está o plantio de espécies exóticas, que já tem sua adaptabilidade reconhecida no Brasil e não sejam invasoras. Algumas com muita similaridade, como o Quitoco (*Pluchea sagittalis*) ou Rasna (em sânscrito) que já estava descrito nos textos clássicos do Ayurveda. Outras plantas são bem adaptadas ao local, como o Ashwaganda ou Ginseng Indiano (*Witania somnifera*).

Como orientou o próprio Dr. Lele: “a planta mais indicada para restabelecer a saúde é aquela que é cultivada perto de você”. Atualmente, são cultivadas cerca de 60 espécies de ervas medicinais, aromáticas e condimentares, com a finalidade de abastecer a agroindústria própria, na qual são processadas com receitas ayurvédicas. Todas as plantas tem laudo de identificação botânica e a propriedade está em seu segundo ciclo de certificação de produção orgânica.

Como canal de comunicação a Quinta das Tarumãs desenvolveu o site <https://quintadastarumas.com.br>, no qual apresenta o trabalho realizado e tem um repositório de informações sobre as plantas cultivadas, sob o ponto de vista ayurvédico.



**Figura 1.** Visita dos alunos da Formação em Terapeuta Ayurveda no horto da Quinta das Tarumãs, com orientação do Dr. Avinash Lele.



**Figura 2.** Placas de identificação das plantas com QR Code transportando para o site onde se encontram mais informações sobre cada uma

## Desafios

Os desafios iniciais foram principalmente conceituais no sentido de trabalhar com as ervas em um entendimento de sua relevância bioenergética ou bio espiritual, ao invés de bioquímico, como tratamos comumente.

Trata-se de uma ciência proveniente de uma cultura distante como a oriental para o modelo ocidental terapêutico, tornando-se necessário que o agricultor, pesquisador, estudante, terapeuta ou usuário deste conhecimento, consiga compreender que Ayurveda é Ciência de Vida. Sendo assim deve ser vivida, compreendida e aplicada no contexto em que se vive, ou seja, sem adulterar os princípios da ciência que tem suas bases nos modelos bioenergético e bio espiritual, adaptar o uso das ervas ao bioma local. Clareando, assim, a pesquisa e reconhecimento sobre a potência de ervas medicinais similares nativas e outras que possam adaptar-se ao entorno.

Um aspecto ainda a ser conquistado é o entendimento dos terapeutas formados para o trabalho com plantas brasileiras e seus tratamentos em vez de importar produtos prontos da Índia, que tem sido o costume até então. Uma vez que compreendam em sua essência o modelo cultural/espiritual, no qual existe uma abordagem terapêutica com os vegetais como sêniores inteligentes, priorizarão o uso da erva integral, sem a extração do princípio ativo isolado, como é o modelo popular no ocidente.

O manejo agroecológico, mantendo a naturalidade dos sistemas vivos, conectou-se perfeitamente aos princípios do Ayurveda. Neste contexto, o selo de produção orgânica reafirma o compromisso com a natureza integral da proposta.

Para compreender o significado de valor de mercado, que a marca “orgânica” atinge hoje é preciso lembrar que as formalizações dos conceitos, práticas de manejo e, conseqüentemente, as organizações sociais, envolvendo a produção e comercialização de alimentos orgânicos (frescos e beneficiados) tem sido uma longa marcha de resistência e filosofia de resgate da ideia de que saúde e consumo de alimentos são compatíveis – de fato foi um movimento de contracultura na forma de consumir alimentos e de usar remédios caseiros, que acompanhou as profundas mudanças sociais e tecnológicas, promovidas pelo fenômeno da concentração da população em áreas urbanas, dos últimos ~70 anos.

Hoje sabe-se que a contracultura de ontem pode ser rapidamente incorporada (assimilado) pela cultura de hoje e isso é potencializado pela velocidade exponencial dos meios de comunicação. Então, o consumo de ontem transformou-se/ valorizou-se para os dias de hoje. Particularmente, as plantas medicinais se destacam no aumento de consumo urbano - de infusões e garrafadas a uso tópico a essências aromáticas.

Via de regra, a sabedoria popular sobre o uso de plantas medicinais é muito mais conhecida do que as técnicas de manejo agroecológico dessas mesmas espécies. Ainda existem poucos agricultores/ produtores que se dedicam a conhecer e

documentar suas práticas de manejo com essas espécies (sucessos e fracassos). Também, a maioria das espécies medicinais ainda não foi cientificamente descrita nem seus princípios ativos plenamente estudados.

O caminho da Quinta das Tarumãs tem sido de criar redes de parcerias para o aprendizado contínuo de todas as partes. Tanto em relação aos agricultores e agricultoras quanto aos terapeutas ayurveda será com bastante pesquisa, estudos e práticas que os desafios culturais e sociais irão se desfazendo. Por isso, a interlocução com agentes como as escolas técnicas de agricultura, os órgãos oficiais como EMATER e EMBRAPA, as assessorias do SENAR e SEBRAE, as escolas de Ayurveda e grupos de trabalhadores da área é contínua.

### **Principais resultados alcançados**

Após quatro anos de implantação do jardim culinário com manejo agroecológico, considera-se como melhor resultado a disseminação de informações sobre as plantas medicinais, aromáticas e condimentares para a melhoria da saúde, com base no sistema Ayurveda.

O aumento da variedade de espécies cultivadas também é um ponto positivo a ser destacado, pois neste movimento houve o reconhecimento de mais plantas nativas, possibilitando sua preservação e conservação.

A área de cultivo tem sido reconhecida como de valor para estudos e aprendizados para crianças e adultos, fato que estimula o foco no aprendizado contínuo.

### **Disseminação da experiência**

O mercado de plantas medicinais ainda precisa conhecer o potencial de desenvolvimento da cadeia produtiva. Qualquer oportunidade de plantio e comercialização de plantas medicinais deve compreender uma cadeia de produção responsável, não só dos fatores agroecológicos e os fatores de beneficiamento, mas principalmente, a qualidade dos princípios ativos de cada espécie. Podemos denominar essas oportunidades de: Inteligência em Plantas Medicinais. Hoje, já existem iniciativas locais e regionais de formação de redes de produtores e beneficiadores, que de fato estudam a diversidade e a qualidade das suas plantas. Essas redes são o primeiro passo para formar e informar um mercado consumidor de plantas medicinais e produtos à base de plantas medicinais mais conscientes.

Em se tratando da ótica dos sistemas tradicionais, como o Ayurveda, muito mais ainda se tem a descobrir.

O caminho do autocuidado e da saúde natural é, em princípio, um resgate dos saberes ancestrais. Talvez seja a única via para o ser humano se reconectar verdadeiramente com este planeta.