



## **Quintal da saúde: uma oficina de mudas.**

*Health backyard: a seedling workshop*

ALCANTARA, Marcos V. B. M.<sup>1</sup> NASCIMENTO, Karine Melo.<sup>2</sup> GAGLIARDI, Marina Martins.<sup>3</sup> BARROS, Rodrigo Martins de Jesus.<sup>4</sup> DIAS, Katiuce.<sup>5</sup> Souza, Silvia Ribeiro de.<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Brasília, marcospsnbo2@gmail.com <sup>2</sup>Universidade de Brasília, vegrine@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade de Brasília, marina.20mar@hotmail.com <sup>4</sup>Universidade de Brasília, 18rodrigodejesus@gmail.com <sup>5</sup>Universidade de Brasília, katiuce@unb.br <sup>6</sup> Universidade de Brasília, silviaribeiro@unb.br

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA TÉCNICA**

### **Eixo Temático: Saúde e Agroecologia**

**Resumo:** O presente trabalho trata-se de relato sobre a oficina de mudas realizada pelo projeto de extensão “Quintal da Saúde”, na Universidade de Brasília (UnB), durante a Semana Universitária, onde por meio do plantio e distribuição de mudas procurou-se ensinar a alunos do ensino médio da rede pública do Distrito Federal, sobre o manejo e as propriedades das plantas medicinais. Assim, promovendo a saúde e o bem-estar dos participantes, tanto dos estudantes do projeto quanto dos estudantes visitantes, que puderam visitar e conhecer a UnB mediante o projeto “FS – portas abertas”, e ainda participaram da oficina.

**Palavras-chaves:** plantas medicinais; educação em saúde; fitoterapia; agricultura urbana na conexão com a saúde.

### **Contexto**

A oficina de mudas, realizada durante a Semana Universitária (SEMUNI), em 30 de agosto de 2022, na Faculdade de Ciências da Saúde - FS da Universidade de Brasília, campus Darcy Ribeiro, proporcionou uma oportunidade única de aprendizado e envolvimento prático com o projeto de extensão “Quintal da Saúde”. Essa oficina, aberta ao público, foi especialmente voltada para estudantes do ensino médio, aproximadamente cento e trinta alunos da secretaria de educação do DF, escolas públicas distritais. Eles visitavam a universidade a partir do projeto “FS - portas abertas” que consiste na abertura da Faculdade de Ciências da Saúde da UnB às escolas públicas do Distrito Federal. Buscou-se transmitir conhecimento aos jovens estudantes do final do ensino médio, abordando a importância das plantas medicinais na manutenção da saúde e oferecendo-lhes uma perspectiva única para fortalecer a sua compreensão. O objetivo era não apenas o de compartilhar informações, mas também a habilidade de multiplicar conhecimentos. Participaram da organização e realização da oficina profissionais técnicos e os



estudantes bolsistas e voluntários do projeto sob a orientação da professora coordenadora do projeto. Tais estudantes integram diferentes cursos dentro da universidade como o de odontologia, nutrição e farmácia. A diversidade das graduações dos discentes participantes do projeto auxilia o desenvolvimento das atividades, pois possibilita o ensino interdisciplinar de forma correta a se realizar as atividades do projeto de extensão bem como a atividade relatada a oficina de mudas de plantas medicinais, promovendo assim a saúde e melhor qualidade de vida no dia a dia das pessoas.

## Descrição da Experiência

Para o eixo temático Saúde e Agroecologia, o presente relato está diretamente conectado à proposta de educação em saúde e promoção da saúde, na qual se vale das plantas medicinais. Segundo Green e Kreuter: “entende-se por educação em saúde quaisquer combinações de experiências de aprendizagem delineadas com vistas a facilitar ações voluntárias conducentes à saúde”. Segue, o autor, colocando ainda que: “define-se promoção em saúde como uma combinação de apoios educacionais e ambientais que visam a atingir ações e condições de vida conducentes à saúde”. (Green e Kreuter apud Candeias, Nelly, 1997)

Osicineiros participaram com uma oficina de mudas medicinais, empreendendo a atividade durante a SEMUNI. As atividades aconteceram em ambiente acadêmico, especificamente, na Faculdade de Saúde – FS da UnB, no *campus* Darcy Ribeiro. Todo o trabalho foi desenvolvido ao redor dos canteiros onde se realiza o cultivo do projeto de extensão “Quintal da saúde”, conforme figura abaixo:



*Figura 1 (Estudantes que participaram da oficina ao redor dos canteiros com a professora coordenadora do projeto Dra. Sílvia Ribeiro). Foto: Acervo do Projeto*

O projeto de extensão “Quintal da Saúde” tem o escopo de cultivar plantas medicinais nos espaços internos da Faculdade de Ciências da Saúde -FS, e, ainda, transmitir informações cruciais para a comunidade sobre as várias espécies



medicinais, mediante um sistema de cultivo biodiverso, que segue princípios agroecológicos.

O contexto agroecológico parte dos princípios de formação que compõem o projeto de extensão desde a sua implementação. Os estudantes praticam o cultivo de plantas medicinais segundo os princípios de práticas agroecológicas adaptadas aos canteiros ao ar livre na FS-UnB (Gomes et al., 2021). A meta é a promoção da saúde através do cultivo das plantas, realização de oficina de mudas, rodas de conversa, visitas orientadas aos canteiros e outras atividades que estejam relacionados aos benefícios dos princípios trabalhados pela temática agroecológica da relação do homem com o seu meio ambiente e com a interrelação deste com a comunidade.

Segundo Boehs: “para que a promoção da saúde efetivamente ocorra com a instrumentalização da educação em saúde, além da compreensão da temática, dos conceitos e dos aspectos que ela abrange, é imprescindível a associação dessa prática à comunicação, informação, educação e escuta qualificada.” (Boehs et al. *apud* Salci, Maria Aparecida et al., 2013)

O processo de construção da oficina de mudas foi realizado, em parceria dos projetos “Quintal da saúde” e “Jardins UnB”, ambos institucionalizados na universidade. Produziu-se, em conjunto com os estudantes do projeto em questão, o plantio e o processo completo de confecção das mudas que cresceram no viveiro até o dia da em que se realizou a oficina nas dependências da FS. Conforme a seguir:



Figura 2. Preparo prévio das mudas que foram oferecidas no dia da oficina, e as mudas já enraizadas. Foto: perfil do instagram do projeto @qshorta.

Como o viveiro já contava com sistema de irrigação, o cuidado com as mudas foi facilitado. Foram produzidas cento e vinte mudas de três espécies de plantas





diferentes: o alecrim (*Rosmarinus officinalis*), o manjeriço (*Ocimum basilicum*) e o hortelã (*Mentha spicata*). No dia da oficina, após a explicação das propriedades terapêuticas, indicações e modos de uso das plantas para os estudantes do ensino médio, as mudas previamente preparadas foram entregues como uma singela lembrança, além daquelas que foram produzidas espontaneamente durante a dinâmica por meio da oficina. Durante a explanação, ressaltou-se a importância das plantas medicinais para o dia a dia na promoção da saúde e qualidade de vida das pessoas. Produziu-se também *tags* com as respectivas informações pesquisadas sobre cada planta, de forma mais completa, incluindo além das já citadas, os nomes científico e comum, modo de cultivo, preferências de solo, luminosidade e água, propagando-se assim informações corretas sobre as plantas medicinais. Cada *tag* possuía com um QR code, o que permitia acesso fácil dos estudantes às informações técnicas disponibilizadas *on line*, a fim de aproximar o estudante de tais informações de forma lúdica.



Figura 3. Oficina realizada com estudantes do Ensino Médio na Semana Universitária – SEMUNI. Foto: Acervo do projeto.

O projeto apresenta ainda um amplo trabalho de postagens periódicas no perfil da rede social Instagram: @qshorta como se observa na figura 2, com temáticas que envolvem as plantas medicinais construídas coletivamente pela equipe do projeto a partir de organização interna e reuniões periódicas. O perfil conta, atualmente, com 556 seguidores, angariados desde sua criação, em novembro de 2017. As interações entre os participantes são realizadas mediante ferramentas da própria mídia social, tais como enquetes e perguntas, bem como, com contato direto por mensagens trocadas mutuamente.

## Resultados



As atividades realizadas para a construção e durante a oficina permitiram ampliar o conhecimento tanto dos participantes do projeto quanto dos estudantes do ensino médio sobre plantas medicinais a partir da troca dialógica de saberes entre eles. Todos os envolvidos puderam expressar suas experiências com o tema, e assim aprimorar seus conhecimentos específicos sobre as plantas medicinais cultivadas na oficina. Aprendeu-se sobre as propriedades terapêuticas, as indicações de uso, as formas adequadas de preparo e os riscos do uso inadequado e indiscriminado das plantas, ampliando a compreensão sobre o potencial da natureza em promover a saúde.

No desenvolvimento de habilidades práticas, a oficina ofereceu, aos estudantes, cerca de cento e trinta alunos do Ensino Médio, de escolas públicas de todo o DF, a oportunidade de desenvolver o cultivo e confecção correta de mudas de plantas medicinais. Foram ensinadas técnicas de plantio, manejo e cuidado das mudas, o que incentivou a aplicação de tais habilidades em suas casas ou comunidades, promovendo a sustentabilidade e autonomia na produção de plantas. Estimulou-se, também o interesse pela saúde, agroecologia, bem-estar e pela temática das plantas medicinais para o autocuidado. O número de seguidores do perfil do Instagram também teve aumento após a realização da oficina. Ao conhecerem os benefícios das plantas medicinais e sua relação com uma vida saudável, os estudantes foram incentivados a buscar hábitos mais saudáveis e a explorar alternativas naturais para o cuidado em saúde.

Desta forma, deu-se ampla integração dialógica entre a universidade e a comunidade, objetivo principal da extensão universitária. Promovendo troca de conhecimentos e experiências, os estudantes tiveram a oportunidade de conhecer o ambiente acadêmico em uma das suas várias facetas, quais sejam, o ensino, a pesquisa e a extensão universitária, bem como, interagir com os estudantes membros do projeto de extensão da universidade, professores e profissionais técnicos, além da valorização e incentivo a continuarem buscando conhecimento e a seguirem o caminho da universidade.

## Agradecimentos

À equipe do projeto Jardins UnB pela parceria, ao Decanato de Extensão da UnB pela concessão da bolsa e ao diretor da FS professor Laudimar Alves de Oliveira, Universidade de Brasília, [laudimar@unb.br](mailto:laudimar@unb.br).

## Referências

CANDEIAS, Nelly M. F., **Conceitos de educação e de promoção em saúde: mudanças individuais e mudanças organizacionais**, Rev. Saúde Pública, 31 (2): 209-13, 1997.

SALCI, Maria Aparecida, MACENO, Priscila, ROZZA, Soraia Geraldo, SILVA, Denise Maria Guerreiro Vieira, BOEHS, Astrid, Eggert, HEIDDEMANN, Ivonete Terezinha Schuller Buss, **Educação em Saúde e suas perspectivas teóricas:**



**algumas reflexões**, Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2013 Jan-Mar; 22(1): 224-30.

GOMES, Bárbara Ingrid. R.; SILVA, Isabella H. da; ALCANTARA, Marcos Vinícius B. M.; ALVES, João. A.; SOUZA, S. R. de; OLIVEIRA, L. A. de; SOARES, Maria Cristina.; ZANETTI, Carlos Henrique G., **Quintal da saúde: plantas medicinais na promoção do cuidado / Health yard: medicinal plants in the promotion of care. Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 32567–32542, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n3-804. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/27344>. Acesso em: 16 jul. 2023.