

IMPLANTAÇÃO DE HORTAS ESCOLARES: hortaliças como uma possibilidade de complementação da merenda escolar

Mariana Oliveira da Silva¹, Tony Jean Gomes Alencar Junior², Cássio dos Santos Barroso³, Gêssica Lima de Carvalho⁴, Roberta de Freitas Souza Lobo⁵, Samuel de Deus da Silva⁶

¹Discente de graduação em Bacharelado em Agronomia – IFTO – Campus Araguatins. e-mail: mariagro120@gmail.com

²Discente de graduação em Bacharelado em Agronomia – IFTO – Campus Araguatins. e-mail: gtonyjean@live.com

³Discente de graduação em Bacharelado em Agronomia – IFTO – Campus Araguatins. e-mail: barrosoagro@gmail.com

⁴Discente de graduação em Licenciatura em Ciências Biológicas – IFTO – Campus Araguatins. e-mail: gessicaa577@gmail.com

⁵Docente – IFTO – Campus Araguatins. e-mail: robertafreitas@ifto.edu.br

⁶Docente – IFTO – Campus Araguatins. e-mail: agrosamuel@gmail.com

Resumo: A Horta Escolar é uma ferramenta que pode gerar experiências e transformações entre os envolvidos e o ambiente do seu entorno, permitindo que os estudantes vivenciem várias experiências relacionadas à produção, ao crescimento e ao desenvolvimento de seres vegetais. Através da horta é possível propiciar conhecimentos e habilidades que permitam aos alunos produzir, descobrir, selecionar e consumir os alimentos de forma adequada, saudável e segura. O objetivo do projeto foi melhorar a nutrição da comunidade escolar, complementando a merenda escolar com alimentos frescos, ricos em nutriente e livre contaminação por agrotóxicos. O projeto foi executado em duas escolas públicas do município de Araguatins: Escola Estadual Aldinar Gonçalves de Carvalho e Escola Municipal Vanor da Costa Parreão. Executou-se diversas atividades práticas, como limpeza e preparação das áreas para plantio, estruturação de canteiros, produção de compostos orgânicos, preparo e adubação orgânica dos canteiros, definição do que plantar, produção de mudas, plantio das mudas, manutenção da horta e colheita. O estímulo a uma alimentação saudável e sustentável gera impactos do ponto de vista alimentar (introdução de produtos da horta orgânica na alimentação escolar) e nutricional (fornecimento de alimento sadio e equilibrado).

Palavras-chave: saudável, hortaliças, produção

1 INTRODUÇÃO

A Horta Escolar consegue abranger a comunidade escolar e local, segurança alimentar e nutricional, sendo uma ferramenta que pode gerar experiências e transformações múltiplas entre os envolvidos e o ambiente do seu entorno (ARENHALDT, 2012). Ela permite que as crianças e adolescentes vivenciem várias experiências relacionadas à produção, ao crescimento e ao desenvolvimento de seres vegetais. Pelo cultivo da horta, os estudantes certamente, têm o lanche escolar mais enriquecido e saboroso.

O consumo de hortaliças é muito importante para a saúde, pois elas são fonte de fibras, vitaminas e sais minerais. Elas ajudam a manter saudável o corpo, os cabelos, as unhas, ajudam a manter a visão e os demais sentidos funcionando adequadamente.

A alimentação saudável é aquela baseada em alimentos que atendem às necessidades do nosso organismo, devendo conter diversos nutrientes: carboidratos, proteínas, lipídeos, água, vitaminas, minerais e fibras. É importante variar os tipos de alimentos, balancear os nutrientes e moderar as quantidades (BARBOSA, 2009).

Recomenda-se aos brasileiros, aumentar em 40% o consumo de alimentos ricos em amido, reduzir em 20% o consumo de gorduras e óleos, de todas as fontes, aumentar em 300% o consumo de uma variedade de legumes, verduras e frutas, consumir uma variedade de feijões e outros vegetais ricos em proteína, consumir alimentos de origem animal, reduzir em um terço o consumo de

açúcares simples, ingerir no máximo 6 gramas diárias de sal, consumir, pelo menos, 6 a 8 copos ou 2 litros de água diariamente (Ministério da Saúde, 2006).

Além de oferecer uma merenda de qualidade, a horta escolar participa no desenvolvimento de cidadãos conscientes e mais saudáveis, responsáveis e atuantes na comunidade em que vivem.

2 OBJETIVOS

Geral: Melhorar a nutrição da comunidade escolar, complementando a merenda escolar com alimentos frescos, ricos em nutriente e livre contaminação por agrotóxicos.

Específicos: Produzir verduras e legumes frescos e saudáveis a baixo custo; enriquecer a merenda escolar por meio da complementação alimentar nutricional com hortaliças produzidas na horta; demonstrar processo de produção de hortaliças.

3 JUSTIFICATIVA

O projeto surgiu a partir de solicitações das escolas envolvidas, para implantação de hortas nas dependências da escola, uma vez que a demanda por hortaliças frescas e de qualidade é significativa. O seu consumo de hortaliças traz diversos benefícios a saúde, pois elas são fonte de fibras, que são fundamentais para o funcionamento do organismo, especialmente para o aparelho digestivo.

A produção de hortaliças é de fundamental importância, assim, a horta escolar é uma das ações que consegue envolver a comunidade escolar e local, despertando para a segurança alimentar e nutricional. Portanto, através da horta é possível propiciar conhecimentos e habilidades que permitam aos alunos produzir, descobrir, selecionar e consumir os alimentos de forma adequada, saudável e segura, conscientizando-os quanto a práticas alimentares mais saudáveis, fortalecendo culturas alimentares e discutindo a possibilidade do aproveitamento integral dos alimentos.

Além disso, com o aprendizado no cultivo desses alimentos, os alunos podem se motivar para realizar cultivos em suas casas, e transmitir a importância aos pais e demais pessoas próximas da gestão destes alimentos ricos em fibras e vitaminas.

4 METODOLOGIA DE TRABALHO

O projeto foi executado em duas escolas públicas do município de Araguatins: Escola Estadual Aldinar Gonçalves de Carvalho e Escola Municipal Vanor da Costa Parreão. As hortas foram implantadas nas dependências das escolas. O processo de transformação do espaço foi planejado e construído com a participação dos membros da equipe do projeto juntamente com os diretores de cada escola.

Realizou-se a mobilização da comunidade escolar, por meio de reuniões com os responsáveis pela unidade, para apresentação das propostas do projeto, diagnóstico da área e materiais disponíveis para o melhor planejamento de atividades. O diagnóstico foi realizado através de visitas, na qual se pode observar e listar todas as informações necessárias para execução do projeto, tais como área, estrutura, ferramentas e insumos disponíveis.

Executou-se diversas atividades práticas, como limpeza e preparação das áreas para plantio, estruturação de canteiros, produção de compostos orgânicos, preparo e adubação orgânica dos canteiros, definição do que plantar, produção de mudas, plantio das mudas, manutenção da horta e colheita.

O acompanhamento foi desenvolvido ao longo do processo, a partir visitas periódicas

dos participantes do projeto para auxiliar nas atividades de implantação das hortas. Realizou-se monitoramento através de análise do desenvolvimento do projeto, para que pudéssemos encontrar as soluções, garantindo que todas as atividades sejam executadas corretamente no tempo certo.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na Escola Estadual Aldinar Gonçalves de Carvalho realizou-se capina manual com auxílio de enxadas, retiraram-se todas as plantas e garrafas que se encontravam no local (Figura 1). Devido à grande quantidade e tamanho de plantas daninhas, na Escola Municipal Vanor da Costa Parreão utilizou-se da máquina e do implemento agrícola fornecido pelo IFTO Campus Araguatins para gradear a área (Figura 2).

Figura 1 – Limpeza da área: Escola Estadual Aldinar Gonçalves de Carvalho



Fonte: Arquivo pessoal

Figura 2 – Limpeza da área: Escola Municipal Vanor da Costa Parreão



Fonte: Arquivo pessoal

Para o levantamento de canteiros na Escola Estadual Aldinar Gonçalves de Carvalho realizou-se revolvimento do solo e, posteriormente demarcaram-se os canteiros (Figura 3). Na Escola Municipal Vanor da Costa Parreão o solo encontrava-se revolvido devido a gradagem, então procedeu-se o levantamento dos canteiros (Figura 3).

Figura 3 – Levantamento de canteiros: Escola Estadual Aldinar Gonçalves de Carvalho (esquerda) e Escola Municipal Vanor da Costa Parreão (direita)



Fonte: Arquivo pessoal

Através de solicitação informal conseguiu-se três sacos de palha de arroz e dez sacos de esterco bovino, com objetivo de aumentar o teor de matéria orgânica do solo, realizou-se adubação orgânica (Figura 4). Foi adquirido também, um saco de substrato para realização de semeadura em bandeja de alface e couve. O plantio de beterraba, cebolinha, berinjela, pimenta, pimentão, cenoura, pepino e coentro foram realizados diretamente nos canteiros, recomendando-se os horários de irrigação para os funcionários, além montar uma escala para os componentes da equipe para acompanhamento diário.

Figura 4 – Adubação orgânica



Fonte: Arquivo pessoal

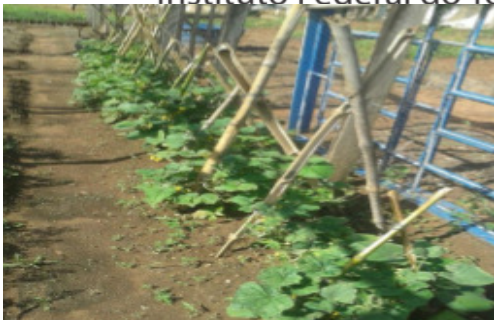
Algumas sementes não germinaram e outras, após a germinação, as plântulas morreram, precisando, assim realizar o replante. Realizou-se o transplante de alface (Figura 5) e couve, e executou-se o tutoramento do pepino (Figura 6). Sempre que necessário, efetuou-se adubação de cobertura com esterco. A cada ciclo completado realizava-se das hortaliças. Durante toda a execução, foram realizadas limpezas mensais, retirando-se as plantas invasoras manualmente (Figura 7), tendo bastante cuidado para não danificar as hortaliças já nascidas.

Figura 5 – Transplante de alface



Fonte: Arquivo pessoal

Figura 6 – Tutoramento do pepino



Fonte: Arquivo pessoal

Figura 7 – Limpeza manual



Fonte: Arquivo pessoal

O projeto promoveu interação e troca de experiências entre os participantes, contribuindo para o crescimento geral de todos. Além disso, esses produtos tiveram como base ou sistema de produção insumos orgânicos, sendo considerados mais saudáveis em relação à produção convencional.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A produção de alimentos saudáveis e sem resíduos de agroquímicos, promove a conscientização da comunidade escolar, através do controle, monitoramento e transmissão de métodos alternativos de produção. Portanto, garante a disponibilização de hortaliças orgânicas aos alunos, que ainda retrata a ideia de sustentabilidade, muito importante na nossa sociedade.

O estímulo a uma alimentação saudável e sustentável gera impactos do ponto de vista alimentar (introdução de produtos da horta orgânica na alimentação escolar) e nutricional (fornecimento de alimento saudável e equilibrado).

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Najla Veloso Sampaio. **Alimentação e nutrição – Caminhos para uma vida saudável**. 2ed. FNDE, MEC, FAO: Brasília, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/nutricao>.

ARENHALDT, Rafael. **Horta escolar: uma estratégia pedagógica de “ecoalfabetização” nos**

