

Horta na APAE: Sustentabilidade, terapia e cuidado

EMMANUELLE FÁTIMA OLIVEIRA DO CARMO, PRISCILA MARCINCO FERREIRA, SARA GONÇALVES FERREIRA PEREIRA, LORENA LEMOS DIAS LARA, HELOISA HELENA ZANONI FITTIPALDI, DANIEL MIRA FELICIONI, KENYA MENEZES BRASILEIRO, JULIA CASTRO MENDES

Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP)

* E-mail do autor correspondente: julia.mendes@ufop.edu.br

Submetido em: 22 maio 2020. Aceito: 15 julho 2020

Resumo

O presente relato de experiência aborda a construção de uma horta e um pomar por membros do Engenheiros Sem Fronteiras – Núcleo Ouro Preto (ESF-OP) em um espaço cedido na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Ouro Preto, MG. O conjunto de ações objetivou: a) desenvolver habilidades de gestão de projetos entre os membros do ESF-OP; b) intensificar a troca de experiências entre membros do ESF-OP e APAE; c) promover o aprendizado de noções básicas de horticultura, sustentabilidade e pequenas construções entre os membros participantes; d) estimular o desenvolvimento social de jovens da comunidade e da equipe; e e) estimular a produção e o consumo de alimentos agroecológicos. Participaram do projeto uma média de 16 membros do ESF-OP, no período entre maio e setembro de 2019. Para a execução do projeto, inicialmente foram levantadas as demandas da APAE em relação à horta. A seguir, foram realizados três mutirões com membros do projeto, nos quais foram executados: limpeza do terreno, fabricação da horta vertical e o plantio das mudas. As professoras da APAE reportaram satisfação com os novos vegetais, a limpeza e as oportunidades de aprendizagem mútua. O projeto também contribuiu para a integração dos participantes com o meio-ambiente e a comunidade.

Palavras-chave: Horta terapêutica, Sustentabilidade, Sistema agroecológico, Gestão de Projetos.

Abstract

Horta at APAE: Sustainability, Therapy and Care

The present experience report addresses the construction of a vegetable garden and an orchard by members of Engineers Without Borders - Ouro Preto (ESF-OP) in a space provided by the Association of Parents and Friends of Exceptional People (APAE) in Ouro Preto, MG. The set of actions aimed to: a) develop project management skills among ESF-OP members; b) intensify the exchange of experiences between members of ESF-OP and APAE; c) promote the learning of basic horticulture knowledge, sustainability and small constructions among the participating members; d) stimulate the social development of young people in the community and the team; and e) encourage the production and consumption of agroecological foods. Approximately 16 members of the ESF-OP participated in the project, between May and September 2019. For the execution of the project, the APAE's demands in relation to the vegetable garden were initially raised. Then, three community joint efforts were carried out by the members of the project, in which they performed

the following actions: cleaning the land, manufacturing the vertical garden, and planting the seedlings. APAE's teachers reported satisfaction with the new vegetables, the clean up and the mutual learning opportunities. The project also contributed to the integration of the participants with the environment and the community.

Keywords: Therapeutic vegetable garden, Sustainability, Agroecological system, Project Management.

Introdução

O Engenheiros Sem Fronteiras – Núcleo Ouro Preto (ESF-OP) é uma organização não-governamental fundada em 2017 e vinculada à Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), com a missão de transformar os alunos-membros em agentes protagonistas no desenvolvimento humano e sustentável da sociedade. O ESF-OP é atualmente composto por cinco professoras orientadoras e 18 alunos de diversos cursos da UFOP. Os membros exploram a multi e a interdisciplinaridade dos cursos de graduação buscando contribuir para a qualidade de vida, sustentabilidade e melhoria de processos da comunidade.

Na comunidade Ourepretana, entre as instituições sociais e educacionais que atendem indivíduos com deficiência intelectual e múltipla, a Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) é uma organização social cujo objetivo principal é promover a atenção integral aos alunos, prestando serviços de educação, saúde e assistência social (APAE BRASIL, 2020).

Um outro elemento com forte impacto no desenvolvimento sustentável da sociedade é a agricultura urbana e periurbana de produtos voltados para o autoconsumo. De acordo com Jati *et al.* (2018) e Guarda *et al.* (2019) ao estimular a reeducação alimentar, com a plantação de legumes e verduras, pode-se alcançar uma melhoria da qualidade de vida e da saúde da comunidade, promovendo ainda o desenvolvimento socioeconômico e a educação ambiental. Conforme Altineri e Nicholls (2012), essa prática se insere no âmbito da agroecologia, tendo em vista que há a diversificação dos

sistemas de plantio, promovendo misturas de variedades de culturas que potencializam os efeitos positivos da biodiversidade sobre a produtividade local. Os efeitos crescentes da complementaridade entre espécies vegetais resultam em um melhor uso da luz solar, água, recursos do solo e regulação natural da população de pragas.

Adicionalmente, estudos desenvolvidos nas áreas da psicologia e terapia ocupacional revelam que atividades relacionadas ao meio ambiente, como o cultivo de hortas e pomares, trazem grande benefício à saúde mental e física dos seres humanos. Nestas atividades, é possível exercitar a cognição, paciência, cuidado, os vínculos emocionais com a natureza e a comunidade, além de desenvolver a biofilia, característica intrínseca à humanidade. Pedagogicamente, é também uma boa maneira de trabalhar a multidisciplinaridade e melhorar o cotidiano dos alunos em equipe, criando um ambiente de harmonia e socialização (KANTORSKI *et al.*, 2011). Em termos educacionais, as atividades de cultivo de vegetais constroem o senso de responsabilidade, de valores mais humanizados e permeiam todo o processo de aprendizado, estabelecendo relações saudáveis entre meio ambiente e sociedade (VAGENAS *et al.*, 2014). Nessa conjectura, os pacientes ou alunos submetidos à prática de horticultura, em geral, apresentam avanços no tratamento dos quadros de depressão, autismo, ansiedade, Síndrome de Down e doenças mentais. Os benefícios de horticultura são relatados por diversos autores, tais como Morgado (2006), Fiorotti *et al.* (2011) e Melo (2019), entre outros, que reportaram uma melhoria na relação dos

alunos com o meio ambiente e também uma redução de gastos com hortaliças por parte das entidades que as implantam.

Diante desse contexto, este trabalho relata o desenvolvimento de uma horta terapêutica vertical e um pomar na APAE de Ouro Preto. Os objetivos específicos deste projeto foram: a) desenvolver habilidades de gestão de projetos entre os membros do ESF-OP; b) intensificar a troca de experiências entre membros do ESF-OP e APAE; c) promover a construção de noções básicas de horticultura, sustentabilidade e pequenas construções entre os membros participantes; d) estimular o desenvolvimento social de jovens da comunidade e da equipe; e e) estimular a produção e o consumo de alimentos agroecológicos.

Descrição das etapas do projeto

A APAE da cidade de Ouro Preto foi a instituição escolhida para esse projeto devido ao seu importante papel, desempenhado na região de Ouro Preto. Em junho de 2020, a instituição possui 42 instrutores, três fisioterapeutas, uma terapeuta ocupacional, uma psicóloga, uma fonoaudióloga e 215 alunos, segundo dados da sua diretora Mara Regina Guimarães. No início do presente projeto, a unidade possuía uma horta terapêutica tradicional previamente feita por voluntários e alunos. A instituição também possuía um terreno baldio nos fundos da escola, tomado de mato e entulho, com cerca de 400m². Os funcionários da APAE reportavam o aparecimento de ratos e insetos na instituição devido ao estado do local. O estado inicial do terreno é mostrado na Figura 1.

Assim, os membros do ESF-OP propuseram o desenvolvimento de uma horta terapêutica vertical e um pomar na APAE. Com a criação do pomar, foi possível promover a ocupação útil do terreno baldio, permitindo a valorização da área e a redução dos riscos associados de animais peçonhentos (como aranhas, escorpiões e cobras) além de roedores e vetores de doenças.

Adicionalmente, a horta e o pomar desenvolvidos auxiliam no abastecimento da instituição com frutas e verduras.

Em um primeiro momento, foi feito o levantamento das demandas da APAE em relação à horta e ao pomar (local, tamanho, espécies desejadas). Com isso, foram definidas as espécies a serem plantadas, a saber: laranja, limão, mamão, alface, couve e manjerição. Ademais, foram estabelecidos os prazos, recursos necessários e responsabilidades na execução do projeto.

As hortaliças foram plantadas em garrafas PET suspensas nos muros da APAE, formando uma horta vertical complementar à horta previamente existente. As árvores frutíferas foram plantadas no terreno baldio da entidade (próximo à construção da horta), após capina e remoção dos entulhos.

Os insumos necessários para a implantação da horta e pomar (enxadas, mudas, adubo orgânico, garrafas PET) foram obtidos através de campanhas de arrecadação entre discentes e docentes da UFOP e empresários locais. A horta e o pomar foram implantados através de mutirões realizados em 3 etapas, em 01/05/2019, 26/05/2019 e 29/09/2019. Em cada mutirão participaram cerca de 15 a 20 pessoas (Figura 2), entre membros do ESF-OP e voluntários, convocados por divulgações nas redes sociais. No dia 01/05/19 foi feita a atividade de capina (Figura 1). No dia 26/05/2019 foi realizada a produção da horta vertical, o plantio de mudas e a adubação orgânica das hortaliças e árvores frutíferas (Figura 3 e Figura 4).

No período que se estendeu até o dia do último mutirão, as instrutoras da APAE realizaram todos os cuidados necessários às plantas e proporcionaram atividades de cultivo e contato dos alunos com a horta. Tal cuidado foi efetivo, pois a maioria das plantas se desenvolveram, tornando-se aptas para o consumo. Em 29/09/2019, foi feita

Carmo EFO et al.

a manutenção da horta e do pomar pelos membros do ESF-OP e os voluntários, com a reposição de algumas mudas de árvores e adubação com

insumos biológicos, como restos de culturas (ramos e folhas) e esterco.



Figura 1. Terreno baldio da APAE antes da limpeza.



Figura 2. Mutirão de limpeza e plantio.



Figura 3. Fabricação da horta vertical.



Figura 4. Plantio das mudas.

Após a etapa de construção, no dia 16 de outubro de 2019, alguns membros do projeto se reuniram com a instrutora Ivone Moreira, responsável pela horta, para troca de informações a respeito dos princípios nos quais a horta se baseia: alimentos orgânicos e sistema de produção agroecológico. Nesta ocasião a responsabilidade do cuidado com as plantas foi restituída aos membros da APAE.

A continuidade do projeto está prevista ao longo do ano de 2020 e 2021, com ações de novos plantios, limpeza do terreno, auxílio na manutenção da horta, para a promoção de uma maior integração entre os membros do projeto e da instituição, gerando inclusive um sentimento de pertencimento e colaboração para com a comunidade.

Considerações Finais

A realização deste projeto resultou em diversos ganhos para os envolvidos: os alunos membros do ESF-OP e os voluntários que participaram dos mutirões foram orientados e familiarizados com conhecimentos em pequenas construções, botânica e agroecologia; desenvolvimento de habilidades práticas de gerenciamento de projeto, comunicação e colaboração como ferramentas de resultados por membros da diretoria do ESF-OP; aproximação das instituições APAE e UFOP.

Como produto final, a APAE teve como benefício mais um local para tratamentos terapêuticos e cultivo de alimentos *in loco*. As vantagens do contato e manejo da horta terapêutica, tanto para os alunos da APAE quanto para seus educadores e funcionários, incluem: diminuição do estresse; melhora no humor; desenvolvimento das relações interpessoais e convívio; melhora na alimentação e; suporte no tratamento de doenças mentais.

As professoras da instituição reportaram satisfação tanto dos funcionários quanto dos alunos com a limpeza e as oportunidades de aprendizagem mútua. Como forma de continuidade do projeto, a equipe ESF-OP pretende realizar semestralmente ações de manutenção no local.

Os bons resultados foram alcançados devido ao empenho de todos os membros e um planejamento adequado. Portanto, o projeto contribuiu para a formação de seus organizadores, os membros do ESF-OP, pautada na criatividade, inovação e conexão social; e permitiu uma abordagem holística, com integração dos participantes com o meio-ambiente, a comunidade, a sustentabilidade e conhecimento de agroecologia.

Agradecimentos

Nossos agradecimentos à Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Ouro Preto, aos membros do Engenheiros Sem Fronteiras - Núcleo Ouro Preto e aos voluntários presentes na ação, a PROEX/UFOP pelos recursos na forma de bolsas e materiais de consumo e à empresa SEPRES que cedeu materiais e ferramentas para os mutirões.

Referências

- ALTIERI, Miguel Ángel; NICHOLLS, Clara Inés. Agroecología: Única esperanza para la soberanía alimentaria y la resiliencia socioecológica. **Agroecología**, v. 7, n. 2, p. 65-83, 2012.
- APAE BRASIL. **O que fazemos**, 2020. Disponível em: <<https://apae.com.br/>>. Acesso em: 20 de Junho de 2020.
- FIOROTTI, Josiana Laporti, et al. **Horta: a importância no desenvolvimento escolar**. Anais do XIV Encontro Latino-Americano de Iniciação Científica. Universidade Vale do Paraíba (2011).
- GUARDA, Alvaro *et al.* Antônio Pereira: rumo ao desenvolvimento orgânico e sustentável. **Além dos Muros da Universidade**, v. 4, n. 1, p. 38-56, 2019.
- JATI, Thales Santos *et al.* Horta como terapia ocupacional em um centro de recuperação no município de Santarém, Pará. **Cadernos de Agroecologia**, v. 13, n. 1, 5p., 2018.

KANTORSKI, Luciane Prado *et al.* A importância das atividades de suporte terapêutico para o cuidado em um Centro de Atenção. **Journal of Nursing and Health**, v.1, n.1, p.4-13, 2011.

MELO, João Siqueira de. Horta escolar, cultivar é educar. **Revista Insignare Scientia - RIS**, v. 2, n. 1, p. 116-126, 2019.

MORGADO, Fernanda da Silva. **A horta escolar na educação ambiental e alimentar: experiência do Projeto Horta Viva nas escolas municipais de Florianópolis.** Universidade Federal de Santa Catarina (Trabalho de Conclusão de Curso). 2006.

VAGENAS, Dulci N.F. *et al.* Horta de plantas medicinais para uso terapêutico e nutricional. **Revista Extención Universitária**. P. 70-73, 2014.