

# **HORTA COMUNITÁRIA – INSTRUMENTO DE INCENTIVO A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

## **AUTORES**

Ana Carolina Leite de Moraes  
Rodrigo de Jesus Almeida  
Viviane Pressi Moreira

## **EIXO TEMÁTICO**

Sustentabilidade e Ética em Saúde

## **INSTITUIÇÃO**

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim  
(CEJAM), UBS Jardim Aracati, São Paulo, Brasil

## **INTRODUÇÃO**

No início do ano de 2022 foi identificado em visitas domiciliares na área de abrangência da UBS Jardim Aracati, um espaço que estava tomado por mato e sendo utilizado como ponto viciado (descarte de resíduos). A unidade propôs ajudar com a possibilidade de ampliação e utilização do espaço direcionado para a implantação de uma horta comunitária ao dono do espaço, para que desta forma o espaço fosse produtivo trazendo benefícios para toda comunidade local. Então, em agosto de 2022 a UBS Jardim Aracati em conjunto aos moradores iniciou a implantação da horta comunitária.

## **OBJETIVO**

Os objetivos são: incentivar aproveitamento integral de alimentos – consumo de folhas e flores e PANCS; reduzir insegurança alimentar por meio de instrumentos dentro da comunidade – horta comunitária; reduzir impactos ambientais e sustentabilidade.

## **RESULTADOS**

Em cada grupo, é realizada manutenção da horta e colheita. A Nutricionista da UBS em conjunto com o APA, incentivam o consumo e orientam receitas de aproveitamento integral de alimentos (folha de cenoura, beterraba, casca de banana), PANCS como taioba, açafraão da terra, ora-pro-nobis, peixinho e flor de abóbora. De todos, os três que chamaram atenção dos pacientes foram: A folha da cenoura – por não saberem que era comestível e ser uma boa fonte de ferro; o peixinho, por ter um sabor característico de peixe e ser muito utilizado na alimentação vegetariana e a flor de abóbora, pois a maioria pensava que colhendo a flor para consumo, não teria frutos, mas na verdade, existem dois tipos de flor de abóbora-macho e fêmea. A fêmea já está ligada ao bulbo que desenvolve abóbora, a flor macho não. Os pacientes sempre estão engajados e curiosos, experimentam receitas, compartilha nos grupos e com amigos e familiares.

## **MÉTODO**

De agosto de 2022 até hoje, foi realizado limpeza do terreno, inserção de novos canteiros, identificados algumas PANCS – Plantas Alimentícias Não Convencionais, como taioba, peixinho, ora-pro-nóbis, foram plantados árvores frutíferas, hortaliças, aromáticas e em 2023, recebemos o projeto piloto de flores comestíveis. Este grupo é semanal e temos pacientes fixos que se beneficiam deste projeto.

## **CONCLUSÃO**

A participação dos grupos de horta leva a comunidade a ter mais interesse em conhecer e consumir novos alimentos – sejam eles convencionais ou não convencionais - por acompanharem plantio, manutenção e colheita e ter profissionais para acolher e orienta-los.

## **REFERÊNCIAS**

PROGRAMA ALIMENTE-SE BEM: Tabela de composição química das partes não convencionais dos alimentos. 2. ed. SÃO PAULO: SESI-SP, 2020.