

## HORTA COMUNITÁRIA NA UNIVERSIDADE: CONTRIBUIÇÕES PARA A SUSTENTABILIDADE E SAÚDE MENTAL

DOI: <http://dx.doi.org/10.55449/congea.15.24.I-010>

Alana Moraes Scardovelli \*, Bruna Donadel Weise, Manuela Gaio Filla, Raquel Stucchi Boschi, Gabriela Strozzi  
\*Universidade Federal de São Carlos, [alana.scardovelli@estudante.ufscar.br](mailto:alana.scardovelli@estudante.ufscar.br)

### RESUMO

A crescente preocupação ambiental tem impulsionado o desenvolvimento de diversas metodologias educativas, com destaque para aquelas que empregam abordagens participativas e promovem atividades ao ar livre. Nesse contexto, as hortas comunitárias emergem como uma estratégia que integra essas duas dimensões, proporcionando interação social, melhora da saúde mental, incentivo a hábitos alimentares saudáveis e, em ambiente universitário, até mesmo a melhoria no desempenho acadêmico. O Projeto Horta Comunitária, implementado na Universidade Federal de São Carlos, demonstrou o potencial de uma horta no contexto acadêmico para favorecer a saúde mental, o convívio social e o contato com a natureza, além de promover hábitos alimentares mais saudáveis entre estudantes e funcionários. As oficinas temáticas realizadas ao longo do projeto também se mostraram eficazes no aumento da participação e na ampliação do envolvimento dos estudantes em diversas temáticas.

**PALAVRAS-CHAVE:** horta comunitária, educação ambiental, saúde mental, Universidade.

### INTRODUÇÃO

A crescente preocupação com a degradação ambiental e o uso excessivo dos recursos naturais levou ao reconhecimento global da necessidade de incluir questões ambientais na educação a partir da década de 1960. No Brasil, essa preocupação ganhou maior relevância na década de 1980 (GUERRA, 2000). A Constituição Federal de 1988, em seu artigo 255, estabelece o meio ambiente como um direito da população e impõe ao Poder Público o dever de promover a educação ambiental em todos os níveis de ensino (BRASIL, 1988).

Com o avanço da pauta da educação ambiental, diversas metodologias e ferramentas foram desenvolvidas ao longo dos anos, aplicáveis em diferentes contextos. Entre essas, destacam-se as metodologias participativas, que promovem a integração entre teoria e prática, além de fomentar a interação e troca de ideias entre diferentes atores sociais. Esse enfoque visa construir coletivamente um espaço comum que permita o exercício da cidadania e o desenvolvimento de uma consciência crítica, inserindo os participantes no processo de transformação socioambiental (LOUREIRO, 2004). Essas metodologias devem ser aplicadas com base na articulação entre espaços educadores formais e não formais, além de estimular a aproximação entre escola e comunidade, com atividades desenvolvidas coletivamente (LOUREIRO, 2004).

Nesse sentido, atividades ao ar livre contribuem significativamente para a construção de habilidades e conhecimentos necessários ao enfrentamento de problemas ambientais, além de promover a participação ativa dos envolvidos de maneira dinâmica e envolvente (PORTUGAL; SORRENTINO, 2020). O contato com ambientes externos também desempenha um papel importante no bem-estar mental e na quebra da rotina, podendo reduzir o estresse causado pelo ambiente urbano (MAIA et al., 2020).

Nesse contexto, o estudo de Campos e Paixão (2019) demonstra que hortas escolares funcionam como ambientes propícios para atividades participativas, promovendo o aprendizado de temas socioambientais e incentivando a interação entre os envolvidos, gerando uma sensação de pertencimento que pode impactar positivamente a autoestima dos participantes. Além disso, servem como prática motivadora para a melhoria dos hábitos alimentares (CRIBB, 2010). No ambiente universitário, hortas comunitárias podem incentivar a participação e contribuir para uma possível melhora no rendimento acadêmico, ao mesmo tempo que facilitam o contato entre estudantes de diferentes cursos de graduação (BRANDOLT et al., 2020).

### OBJETIVO

O objetivo deste estudo foi promover a aproximação da comunidade acadêmica por meio da criação de uma horta comunitária e de atividades voltadas à sensibilização e ao contato com a natureza. Os objetivos específicos foram:

1. Construir uma horta comunitária: proporcionar um ambiente de sensibilização, convívio e aprendizado, contribuindo para a saúde mental dos estudantes e promovendo a autonomia na aplicação das práticas aprendidas em outros contextos.

2. Promover a interação entre alunos e servidores: focar especialmente naqueles que se encontram isolados ou enfrentam questões relacionadas à saúde mental.
3. Realizar atividades de educação ambiental e culturais: promover o contato com a natureza e com conhecimentos tradicionais, buscando sensibilizar a comunidade acadêmica para questões ambientais.
4. Auxiliar no acolhimento e senso de pertencimento dos estudantes: contribuir para a permanência estudantil, fortalecendo o vínculo dos alunos com a universidade.

## **METODOLOGIA**

O projeto ocorreu no campus sede da Universidade Federal de São Carlos – São Carlos, SP, no Departamento de Gestão de Áreas Verdes, Biodiversidade e Agroambientes (DeGABA), sendo realizado por meio do Programa de Apoio Pedagógico aos Estudantes (PIAPE). O projeto iniciou com a implantação de uma horta comunitária e com a elaboração das atividades a serem desenvolvidas. Vale ressaltar que a elaboração das atividades do projeto ocorreu por meio da participação coletiva, por meio de rodas de conversa com os integrantes do projeto, de modo a propiciar o planejamento, avaliação e aprendizado coletivo.

Os encontros da horta comunitária eram semanais, sendo desenvolvidas atividades de cultivo e manutenção das espécies plantadas, bem como o controle de pragas, retirada de plantas invasoras, e avaliação da saúde das plantas. As colheitas também eram realizadas pelos integrantes do projeto.

Juntamente com os encontros da horta, ocorriam oficinas presenciais, que visavam ampliar o público participante e contribuir para a geração de aprendizado, convívio com a natureza e integração dos participantes. A divulgação foi feita pelo Instagram do DeGABA (#degabagasufscar) e por vias de transmissão em aplicativos de mensagem. Essas oficinas continham temáticas variadas, sendo ministradas por membros da comunidade interna e externa da UFSCar e, em alguns momentos, pelos próprios bolsistas e servidores do DeGABA. Ao todo, foram realizadas 13 oficinas abordando as seguintes temáticas: 1) aprendendo sobre abelhas sem ferrão; 2) faça sua suculenta; 3) yoga nas araucárias; 4) artesanato com sementes de árvores; 5) piquenique com roda de conversa sobre saúde mental e permanência estudantil; 6) festa junina com roda de conversa sobre moradia estudantil, apoio ao estudante, e as funções da ouvidoria; 7) pintura em madeira; 8) farmácia viva; 9) vermicompostagem; 10) produção de biojóias com sementes de árvores; 11) *slackline*; 12) produção de enfeites de natal com materiais naturais; 13) pintura de mandalas.

Em primeiro momento, a horta era realizada em uma área aberta, sempre composta por dois canteiros, nos quais eram plantadas principalmente folhagens e raízes como *Raphanus sativus* (rabanete), diferentes espécies de *Brassica* spp. (couve, brócolis) e *Cichorium intybus* (almeirão). No entanto, a fim de diminuir o tempo disposto para manutenção das espécies plantadas, foi transferida para um viveiro de sombrite com irrigação automática. Todos os insumos utilizados para o andamento do projeto foram fornecidos pela Secretaria Geral de Gestão Ambiental e Sustentabilidade, com algumas sementes sendo trazidas pelos voluntários. A produção de cada espécie se deu seguindo os dados disponibilizados pelos fabricantes e os conhecimentos dos participantes.

## **RESULTADOS**

As atividades tiveram início em dezembro de 2022, sendo a primeira oficina realizada em janeiro de 2023. Ao longo do projeto, foram desenvolvidas 13 oficinas, com 12 temas diferentes e 1 reoferta de atividade. Elas se mostraram importantes para atrair o público até o projeto, o que pode ser visto pela maior participação da comunidade acadêmica nos encontros feitos juntamente com as oficinas. Além disso, também trouxeram conhecimentos importantes para os participantes, a respeito de temáticas socioculturais e de resgate de saberes tradicionais, visto que na educação, as oficinas promovem um aprendizado participativo e emancipatório, com poder quase igualitário entre coordenadores e participantes (JOAQUIM; CAMARGO, 2016).

A respeito da temática da saúde mental, os encontros onde foram realizadas as rodas de conversa demonstraram resultados positivos, por tratar de uma temática urgente para os estudantes, além de proporcionar um espaço seguro para troca de informações e opiniões dos alunos com profissionais da área da psicologia e servidores da UFSCar. Foram realizadas discussões importantes a respeito da permanência estudantil, preconceito dentro do campus e saúde mental dos estudantes. Além disso, os cuidados com as plantas, contato com a terra e a natureza e o trabalho em comunidade, conseguem promover sensações de relaxamento, companheirismo e bem-estar nos participantes (LAM et al., 2016).

Em relação a horta em si, as atividades apresentaram uma baixa adesão no início do projeto em semanas em que as oficinas não eram realizadas, no entanto, a participação foi aumentando com a chegada de novos estagiários que demonstraram interesse. As espécies plantadas apresentaram uma alta produtividade, principalmente o *Raphanus sativus* e verduras como as *Brassicacae* spp. e o *Cichorium intybus*, podendo ser repartidos por todos os participantes, com o excedente sendo distribuído pelos estagiários para outros membros do campus. Dessa forma, o projeto funcionou com

um auxílio na segurança alimentar dos participantes (BENNEDETTI et. al., 2022). Em relação ao local de implantação, este precisou ser alterado, devido à dificuldade da logística para rega e pela ocorrência de plantas daninhas, o que demandava um longo tempo para manutenção, que poderia ser utilizado para uma maior produção de mudas e plantio de sementes. Por este motivo, a horta foi replantada dentro de um viveiro com sombrite e irrigação automática três vezes ao dia.

Algumas dificuldades foram encontradas ao decorrer do projeto, uma delas foi financeira, fazendo com que grande parte dos insumos utilizados fossem comprados pelas coordenadoras do projeto, e em alguns casos, doados pelos participantes. Isso limitou a oferta de atividades que exigissem muitos recursos materiais. Outra dificuldade foi uma descontinuidade do projeto durante os recessos da Universidade, o que dificultava o manejo da horta comunitária nesses períodos.

## CONCLUSÕES

A criação da horta comunitária no ambiente acadêmico se mostrou uma atividade importante na promoção do convívio com a natureza e da saúde mental da comunidade acadêmica, em especial para os alunos. Além disso, funcionou como um mecanismo para a promoção de uma alimentação saudável, com alimentos produzidos de forma sustentável. As oficinas temáticas se mostraram efetivas para a maior participação do público, além de propiciarem para o público-alvo conhecimento sobre temáticas variadas e o desenvolvimento de atividades ao ar livre. As rodas de conversa também propiciaram ambientes seguros para que os alunos expressassem suas opiniões e recebessem informações dos profissionais e servidores. Desse modo, apesar de desafios financeiros e da descontinuidade durante recessos, o projeto mostrou-se fundamental para a integração e bem-estar da comunidade acadêmica, destacando a importância de sua continuidade e expansão.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

**BENNEDETTI, L. V. et al. Horta escolar implementada em Associação de atendimento a pessoas com deficiências: inclusão social, educação alimentar, Educação Ambiental. Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável, v. 17, n. 2, p. 100-108, abr.-jun. 2022.**

1. BRANDOLT, L. M. et al. Horta Universitária: Plantando Ciência E Reduzindo Desigualdades. Revista UFG, v. 18, n. 24, 2018.
2. BRASIL. Constituição, 1988. Constituição Federal da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal.
3. CAMPOS, Marcelo Conceição da Rocha, PAIXÃO, Eliana do Socorro de Brito. Projeto Escola Verde – horta escolar e empreendedorismo sustentável: concepções e práticas para educação ambiental participativa em Macapá (AP). Revista Educação em Debate, Fortaleza, v. 41, n. 79, p. 143-155, maio/ago. 2019.
4. CRIBB, S. L. P. Contribuições da educação ambiental e horta escolar na promoção de melhorias ao ensino, à saúde e ao ambiente. Ensino, Saúde e Ambiente, v. 3, n. 1, p. 89 R. UFG, Goiânia, v. 24, 75-90, e-58569, 2018. DOI: 10.5216/revufg.v18i24.58569 42-60, 2010. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.28998/rca.v15i0.3604>. Acesso em: 10 de fev. 2024
5. GUERRA, M. F. Educação Ambiental. Informe Agropecuário. Belo Horizonte, v. 21, n. 202, p. 54-56, jan./fev. 2000.
6. JOAQUIM, F. F.; CAMARGO, M. R. R. M. DE. Revisão bibliográfica: oficinas. Educação em Revista, v. 36, 2020.
7. LAM, V. et al. Exploring the relationship between school gardens, food literacy and mental well-being in youth using photovoice. Nutrients, v. 6, n. 11, jun. 20
8. LOUREIRO, Carlos Frederico Bernardo. EDUCAÇÃO AMBIENTAL TRANSFORMADORA. In: BRASIL (Brasil). Ministério do meio ambiente. Identidades da educação ambiental brasileira. [S. l.: s. n.], 2004. p. 65-84.
9. MAIA, Israel de Paula; SANTOS, Alisson Almeida dos; SANTOS, Roberto de Souza. A IMPORTANCIA DAS ÁREAS VERDES EM ESPAÇOS URBANOS: reflexões sobre qualidade de vida e marcos legais. REVISTA PRODUÇÃO ACADÊMICA - NÚCLEO DE ESTUDOS URBANOS REGIONAIS E AGRÁRIOS/ NURBA, [s. l.], 2020.
10. PORTUGAL, S.; SORRENTINO, M. A educação ambiental no Brasil: diferentes perspectivas e boas práticas. Ambientalmente Sustentável, v. 27, n. 1, 2020.



