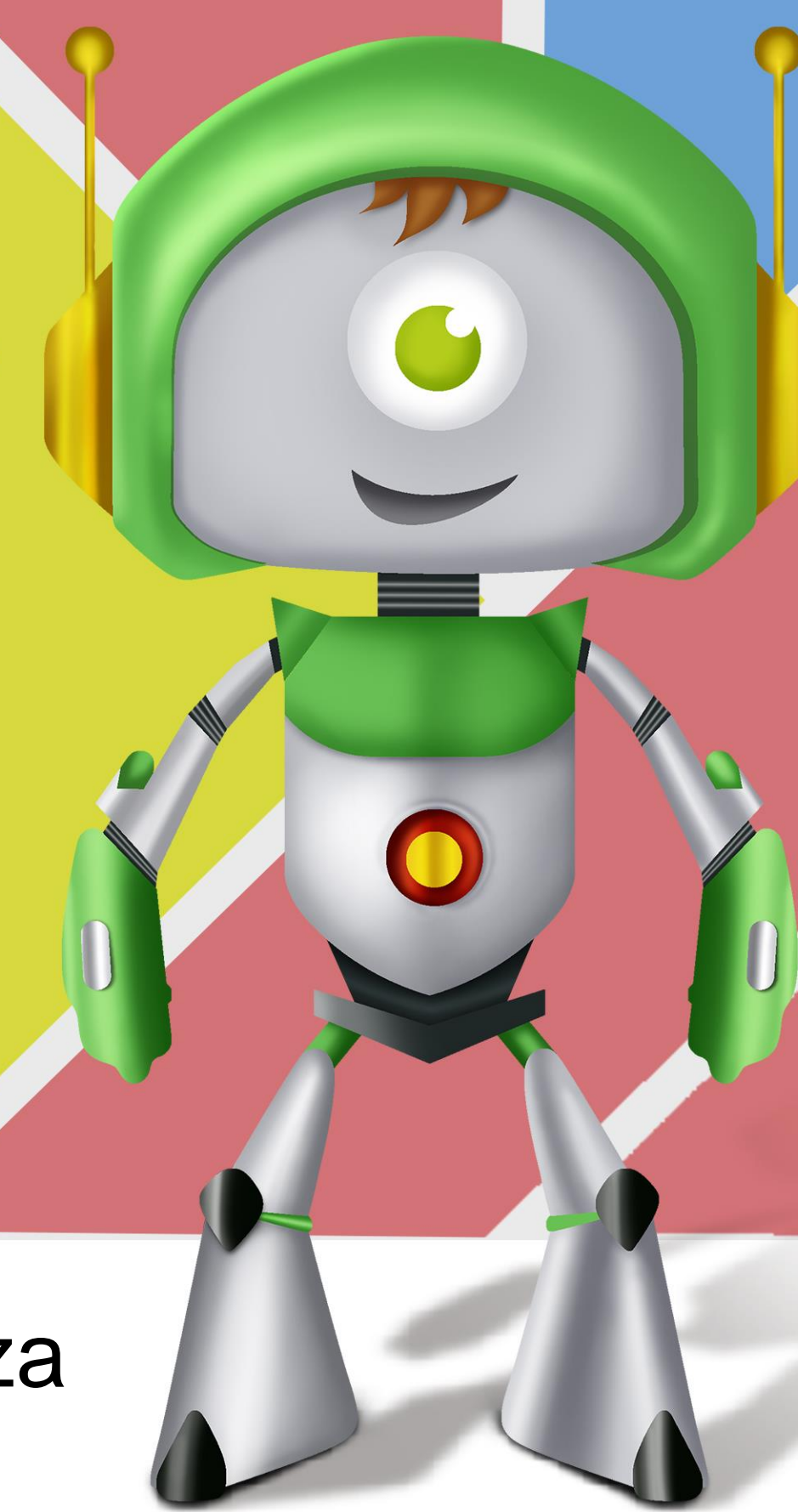


HORTA ORGÂNICA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E QUALIDADE DE VIDA PARA OS ALUNOS DA ESCOLA MAJOR JOÃO CÂNCIO, TRANSACREANA-ACRE

Emily Lainy Miões Santos, Paula do Nascimento Damiano, Débora Ferro Fernandes e Cleverton Martins Teixeira de Oliveira

Escola de Ensino Fundamental e Médio Major João Cândia

VIVER
CIÊNCIA
CIÊNCIA UNINDO SABERES



Francislânia F. Souza

RESUMO

O objetivo deste projeto foi estimular e orientar sobre a necessidade de adequação de hábitos alimentares saudáveis para melhoria da qualidade de vida, conhecimentos para a transformação de suas realidades e de seus familiares, a fazerem reeducação alimentar através da construção de pequenas hortas em suas residências. No decorrer do projeto pôde-se perceber o envolvimento dos alunos, funcionários e até mesmo da comunidade com doação de mudas de hortaliças.

JUSTIFICATIVA

Nos dias atuais há uma preocupação com a alimentação, a qual, em geral, a população devido a correria do dia a dia acaba se alimentando com alimentos rápidos como: alimentos industrializados, salgados e lanches, resultando desta forma vícios alimentares.

Pode-se perceber perfis nutricionais de crianças e adolescentes que persistem com deficiências nutricionais e tem o outro lado, devido a decorrência das mudanças de hábitos alimentares, como alimentos ricos em gorduras e açúcares, evidenciado a obesidade. Por isso, o desenvolvimento deste trabalho com a horta orgânica escolar foi incentivar hábitos saudáveis de vida.

OBJETIVOS

O trabalho tem objetivo como mostrar a importância da horta orgânica e principalmente incentivar os alunos a terem uma visão sobre o consumo de alimentos saudáveis.

METODOLOGIA

Foi desenvolvida na Escola Major João Cândia, Transacreana, 80 km, realizada pelos alunos do 1º ao 3º do Ensino Médio. Primeiramente foi feita a preparação dos canteiros, procedeu-se com revolvimento do solo (Figura 1A), adubação orgânica e posterior plantio, com algumas hortaliças: alface, coentro, cebolinha, tomate, pepino couve, pimenta, salsa e rúcula para proceder com a preparação de sementeiras (Figura 1B e D). Todas as atividades, desde o plantio, tratos culturais, irrigação até a colheita foram realizadas pelos alunos, no período de três meses (Figura 1C).

RESULTADOS E CONCLUSÕES

A construção da horta orgânica evidenciou a importância do trabalho em equipe e o conhecimento do que a mesma pode trazer para saúde. Aos poucos, os alunos deram conta de que todos precisavam auxiliar para que o trabalho tivesse resultado.

Durante os três meses de desenvolvimento desta proposta percebeu-se a importância do consumo dos alimentos, da higienização e do valor nutritivo. Pimenta e Rodrigues, 2011 afirmam que despertar na comunidade escolar uma análise crítica sobre os produtos alimentícios pouco nutritivos, levando-os a consumir aqueles mais saudáveis.

A inserção da horta escolar possibilitou um maior conhecimento sobre os alimentos saudáveis e como são produzidos.



Preparação dos canteiros (A); Preparação de sementeiras (B); irrigação (C) e Plantio (D).

REFERÊNCIAS

- PIMENTA, J. C.; RODRIGUES, K. M. **Projeto horta escola: ações de Educação Ambiental na escola Centro Promocional Todos os Santos de Goiânia (GO)**. In: II SEAT-Simpósio de Educação Ambiental e Transdisciplinaridade. Goiânia, GO, 2011.
- ROCHA, A. G. S.; AMORIM, A. L. P. S.; SANTOS, A. T. et al. **A importância da horta escolar para o ensino/aprendizagem de uma alimentação saudável**. XIII Jornada de Ensino, Pesquisa e Extensão-JEPEX. UFRPE, Recife, 2013.

AGRADECIMENTOS

À Escola Major João Cândia pela oportunidade de junto desenvolvermos este projeto e todos que contribuíram direta ou indiretamente.