

# HORTAS DOMÉSTICAS: UMA ANÁLISE DOS MOTIVOS PARA O CULTIVO DE HORTALIÇAS EM CÁCERES-MT-BRASIL

RAQUEL BORGES SILVA<sup>1</sup>; SANTINO SEABRA JR.<sup>2</sup>; JOSIANE MAGALHÃES<sup>3</sup> E CARLA SIMONE GIROTTO DE ALMEIDA PINA BARELLI<sup>4</sup>.

Recebido em 22.03.2010 e aceito em 15.12.2010

<sup>1</sup> Enfermeira, mestranda do Programa em Ciências Ambientais, Campus de Cáceres/UNEMAT, Avenida São João, SN, Bairro Cavahada I, CEP 78200.000, e-mail: [raquelborges84@hotmail.com](mailto:raquelborges84@hotmail.com).

<sup>2</sup> Eng. Agrônomo, Dr., Prof. Depto de Agronomia, Campus de Cáceres/UNEMAT, e-mail: [santinoseabra@hotmail.com](mailto:santinoseabra@hotmail.com).

<sup>3</sup> Socióloga, Dra., Profa. Depto de Pedagogia, Campus de Cáceres/UNEMAT, e-mail: [josimag@ig.com.br](mailto:josimag@ig.com.br).

<sup>4</sup> Enfermeira, mestranda do Programa em Ciências Ambientais, Estratégia de Saúde da Família Vitória Régia, Rua Amazonas, SN, Bairro Jardim Popular, Cáceres-MT, CEP 78200.000, e-mail: [carlabarelli@terra.com.br](mailto:carlabarelli@terra.com.br).

---

**RESUMO:** O objetivo deste trabalho foi investigar os motivos que levaram a implantação de hortas domésticas, a partir da adesão ao Projeto Horta Doméstica implantado na área de abrangência da Estratégia de Saúde da Família (ESF) Vitória Régia, em Cáceres-MT, Brasil. A pesquisa qualitativa realizou-se no período de março de 2008 a março 2009, com 50 informantes, sendo estes os responsáveis pelo cultivo das hortaliças. Através do auxílio de um gravador de bordo e um roteiro estruturado, os dados foram coletados, transcritos e posteriormente analisados segundo as técnicas de Análise de Conteúdo de Bardin. Nesta pesquisa foi observado que os motivos que levaram a população a implantar hortas domésticas, a partir da sua adesão ao projeto, foram: o resgate da herança cultural de cultivo, a origem do indivíduo e a mobilização através de ações educativas de cultivo e consumo de hortaliças visando à saúde. Outro aspecto observado foi presença da mulher atuando nas atividades de cultivo, contribuindo com a segurança alimentar e nutricional da sua família.

Termos para indexação: agricultura urbana, horticultura, cultura alimentar, segurança alimentar e nutricional.

HOME GARDENS: AN ANALYSIS OF REASONS FOR GROWING VEGETABLES IN CÁCERES MUNICIPALITY, MATO GROSSO STATE, BRAZIL

**ABSTRACT:** The aim of this work was to investigate the reasons why home gardens were implanted by the adhesion to the Home Garden Project developed within the scope of Vitória Régia Family Health Strategy (FHS) in Cáceres Municipality, Mato Grosso State, Brazil. The qualitative research was performed from March 2008 to March 2009 with 50 interviewees responsible for growing vegetables. By means of a portable recorder and a structured guide, data were collected, transcribed and later analyzed according to the content analysis method of Bardin. In this study, the following reasons led the population to implant home gardens by their adhesion to the project: recovery of the cultural heritage for cultivation, individual origin and mobilization by means of educational actions for cultivation, and vegetable consumption to improve health quality. Another aspect observed was the presence of women working in farming activities, contributing to nutritional and food safety of their families.

Index terms: urban agriculture, horticulture, food culture, nutritional and food safety.

---

## INTRODUÇÃO

A produção de hortaliças no perímetro urbano é uma atividade que pode contribuir para redução da pobreza da população (Castelo Branco, 2007) e da exclusão social através da geração de renda, uma vez que a produção doméstica favorece a economia na aquisição de hortaliças e até mesmo a venda do excedente da produção (Gallo et al., 2005). Com isso, a renda das famílias que se dedicam aos cultivos urbanos é complementada e possibilita a aquisição de outras espécies, aumentando a variedade de alimentos, enriquecendo e favorecendo o aporte de nutrientes na alimentação (Naup, 2005), bem como reduzindo a monotonia da dieta alimentar.

O consumo insuficiente de frutas e hortaliças está entre os dez principais fatores de risco para a carga total global de doença em todo o mundo (WHO, 2002), sendo que a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda o consumo mínimo diário de 400 gramas de frutas e hortaliças ou entre 6% a 7% das calorias totais de uma dieta de 2.300 Kcal diárias, no Brasil este consumo está abaixo do recomendado, atingindo apenas 2,3% das calorias totais, ou cerca de um terço das recomendações para o consumo desses alimentos (Levy-Costa et al., 2005).

O cultivo de espécies alimentares em hortas domésticas favorece o acesso a alimentos frescos em quantidade e qualidade, o que contribui para a segurança alimentar e nutricional (Pessoa et al., 2006) devido a não utilização de produtos químicos na produção e ao fato de serem alimentos frescos, colhidos na hora. Estas características das hortaliças contribuem de maneira positiva para saúde, pois elas agem como alimentos funcionais, que são aqueles que beneficiam uma ou mais funções orgânicas, além da nutrição básica, colaborando para melhorar o estado de saúde e bem-estar e/ou reduzir o risco de doenças, além de proporcionar prazer/gosto de plantar, cultivar, ocupação e terapia. Assim, recomenda-se o consumo de hortaliças frescas e cruas ou pouco cozidas (Carvalho et al., 2006).

O comportamento do consumo alimentar revela a cultura em que cada um está inserido, e a horta doméstica apresenta-se como uma manifestação dos hábitos culturais, principalmente da cultura alimentar. Segundo Pineyrua (2006), a cultura estabelece o que é comestível, ensinando o indivíduo a gostar de todo tipo de comida, dos mais variados sabores. A origem rural também está relacionada ao cultivo em centros urbanos. De acordo com Santos et al. (2008) as hortas possuem uma herança rural. Foram trazidas para os centros urbanos pelos pequenos produtores, que sempre desenvolveram atividades agrícolas no campo e migraram para as cidades, ocupando suas periferias.

O projeto Horta Doméstica, desenvolvido na cidade de Cáceres/MT, insere-se no contexto de projetos sociais e projetos de hortas que geram diversos benefícios sociais e econômicos, entre eles podem ser destacados: aumento da renda familiar pela venda de excedentes, estímulo ao cultivo de hortaliças e aumento da diversidade alimentar pelo incremento no consumo das mesmas e redução de doenças associadas a carências de vitaminas e sais minerais, sendo que estes benefícios

podem atender toda a sociedade mais principalmente populações em risco de vulnerabilidade social.

A pesquisa desenvolvida teve como prioridade identificar as famílias com o perfil de cultivo de hortaliças. Este pode ser um fator facilitador das ações do projeto proposto, tendo em vista que o cultivo é influenciado por fatores como cultura, estímulo de cultivo, aceitação, educação alimentar e nutricional (Pessoa et al., 2006; Almeida, 2004; Oakley, 2004). Neste sentido no trabalho foram utilizadas algumas hipóteses construídas a partir de outros estudos tais como: a) as mulheres são as responsáveis pela manutenção da prática do cultivo em seus quintais; b) a origem da qual a pessoa está inserida, interfere de modo positivo no cultivo de hortaliças; c) a cultura de cultivo praticada pelos pais dos participantes tem relação positiva com a produção de hortaliças pelos filhos. Sabe-se que a presença destes fatores colabora para a adesão de famílias aos projetos sociais. O conhecimento do perfil das famílias e a presença destes fatores permitem aos projetos ações mais eficazes na condução e estímulo a educação alimentar e nutricional, na interface agricultura e saúde.

Com base nesses fatores e buscando atender o objetivo de investigar os motivos que levaram a implantação de hortas domésticas, a partir da adesão ao projeto implantado na área de abrangência da Estratégia de Saúde da Família (ESF) Vitória Régia, em Cáceres-MT, realizou-se a presente pesquisa.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

O município de Cáceres apresenta-se com 84.175 habitantes, segundo dados do IBGE em 2007. Localiza-se no Oeste do estado de Mato Grosso, a 210 km da capital, Cuiabá. Apresenta Índices de Desenvolvimento Humano (IDH) de 0,737, abaixo da média do estado de Mato Grosso (0,773), que por sua vez se encontra abaixo da média da região Centro-Oeste do país (0,788) (IBGE, 2000).

A área de abrangência da ESF Vitória Régia compreende os bairros Vitória Régia, Santo Antonio, Jardim Primavera e Jardim Popular, sendo 1.023 famílias cadastradas, perfazendo o total de 4.171 pessoas. Este estudo refere-se às 50 famílias que aderiram ao projeto Horta Doméstica, desenvolvido junto a Estratégia de Saúde da Família Vitória Régia (ESF), sendo 41 famílias do Bairro Vitória Régia, 03 do Santo Antonio, 05 do Jardim Primavera e 01 do Jardim Popular. Estas famílias participaram de reuniões, oficinas, palestras, distribuição de folhetos e doação de sementes mudas, e foram estimuladas a trocar informações entre si e com a equipe do projeto, ação que procurava resgatar e valorizar o conhecimento da comunidade. Durante o período de outubro de 2005 a junho de 2008, aderiram ao projeto às famílias que possuíam residência na área de abrangência da ESF e que apresentavam interesse de cultivar hortaliças em hortas domésticas. Para sua participação, estas deveriam se inscrever junto à equipe e participar das atividades.

A pesquisa foi realizada durante o período de março de 2008 a março de 2009, composta de fases de desenvolvimento que corresponderam: envio da proposta ao Comitê de Ética do

HUJM/UFMT, sendo aprovado sob o protocolo n° 398/07 e com a autorização da Secretaria Municipal de Saúde para o desenvolvimento do estudo. Somente tomaram parte da pesquisa às famílias que concordaram em participar, tendo assinado termo de consentimento livre e esclarecido. O informante escolhido foi o indivíduo responsável pelo cultivo e a manutenção das hortas domésticas, identificado no período de aproximação das famílias, momento em que o pesquisador realizou diversas visitas às residências.

As entrevistas foram realizadas com o auxílio de um gravador de bordo e um roteiro estruturado. A coleta de dados se deu através de encontros individuais, realizados nas residências dos informantes, sendo que em alguns casos ocorreram mais de um encontro para a realização das gravações. Após, foram transcritas e posteriormente analisadas segundo as técnicas de Análise de Conteúdo de Bardin (2002). Esta abrange as iniciativas de explicação, sistematização e expressão do conteúdo de mensagens, com finalidade de se efetuarem deduções lógicas e justificadas a respeito dessas mensagens. Assim, possuiu um caráter qualitativo, pois levantou dados de todos os participantes que constituíam o grupo, porém não buscou enumerar ou medir eventos, não empregando instrumentos estatísticos para análise dos dados. Neves (1996) enfatiza que neste método de pesquisa faz parte à obtenção de dados descritivos mediante contato direto e interativo do pesquisador com a situação de estudo.

A análise constituiu-se de deduções realizadas através do processo de sistematização das mensagens, também definido como categorização, a partir dos dados brutos contidos nas mensagens. Bardin (2002) descreve este processo em três etapas:

a) Pré-análise: fase de organização e sistematização das idéias, em que ocorre a escolha dos documentos a serem analisados e a elaboração de indicadores que orientarão a interpretação final, cotejando o material coletado com as hipóteses levantadas.

b) Exploração do material: é a codificação dos dados brutos para se alcançar o núcleo de compreensão do texto, estabelecendo a categorização dos dados.

c) Tratamento dos resultados obtidos e interpretação: os dados brutos são cotejados com as categorias construídas procurando tornar significativas as informações obtidas, tais como: os motivos da adesão das famílias a implantar hortas domésticas e participar do projeto.

Após esse tratamento, os dados foram apresentados e discutidos com a abordagem qualitativa, apresentando os dados obtidos com as entrevistas e selecionando uma fala representativa de um ator social para exemplificar. Apenas os dados da caracterização dos entrevistados foram apresentados em análise descritiva.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A pesquisa realizada apresenta a caracterização socioeconômica e as motivações dos

informantes na implantação de hortas domésticas e os fatores que contribuem para a adesão das 50 famílias ao Projeto Horta Doméstica, desenvolvido junto a Estratégia de Saúde da Família Vitória Régia, em Cáceres-MT.

O grupo estudado está constituído por 86,0% de pessoas do sexo feminino, 14,0% masculino. A maior representatividade de faixa etária está entre 31 a 51 anos (70,0%), seguido por 52 a 72 anos com 16,0% e 20 a 31 com 14,0%. Quanto à ocupação, o grupo apresenta-se bem heterogêneo, as mulheres exercem atividades diversas com destaque para serviços domésticos (38,0%), atividades diaristas (10,0%), demonstrando que são mulheres que cuidam de suas casas e também da casa de outras famílias. Mas há também pessoas que praticam outras profissões como, professora (6,0%), Agente Comunitária de Saúde (6,0%), Técnico em enfermagem (4,0%), algumas estão estudando (4,0%) e outras praticam atividades técnicas ou são aposentadas. Os homens são na maioria aposentados (10,0%) ou autônomos (8,0%), e outros desempenham alguma atividade ligada a terra, como a agricultura ou a pesca. Com relação à renda familiar mais da metade dos entrevistados (62,0%) possuem renda de até R\$ 837,90, com média de R\$ 862,54. Apesar de o valor médio da renda familiar estar em torno de R\$ 865,00, o valor mais apresentado foi de R\$ 380,00. Os inscritos apresentam renda familiar considerada baixa, com elevada proporção de famílias vivendo sob risco social. Embora, algumas famílias apresentaram valores mais elevados (12,0%), este percentual não é suficiente para elevar o grupo para outra classe social. Essas características podem contribuir com a adesão das famílias às práticas de cultivo em hortas domésticas, tendo em vista os benefícios que o projeto pode proporcionar às pessoas envolvidas com esta prática.

O delineamento da pesquisa construiu hipóteses de trabalho a partir da bibliografia cotejando a vivência no projeto. A primeira hipótese confirmada foi o papel da mulher como responsável tanto na adesão ao projeto, quanto nas atividades de cultivo de hortaliças nas hortas domésticas, visto que os dados apontam para uma representação expressiva do grupo constituído por mulheres. Segundo Oakley (2004), em muitas culturas as mulheres são as responsáveis pela manutenção da prática do cultivo em seus quintais, seja pela busca de alimentos saudáveis, atividade terapêutica, implementação na renda familiar ou cuidados com a saúde de seus familiares. Socialmente falando, elas são responsáveis pelo cuidado com a família que inclui saúde, educação e alimentação, e neste processo social está incumbida a elas a transmissão da cultura, tanto do consumo de alimentos, quanto do cultivo das espécies. Essa tarefa cotidiana constitui-se em uma importante atividade doméstica, garantindo o acesso das famílias a uma dieta saudável e adequada ao gosto e às tradições locais. Mesmo na zona rural as mulheres são responsáveis pelo cultivo nas áreas circunvizinhas a habitação familiar. O cultivo de espécies hortícolas e plantas medicinais realizado nestas áreas são fundamentais para melhoria da qualidade alimentar e na prevenção de doenças e recuperação da saúde.

Ao cultivar as hortaliças em suas residências, as mulheres estão contribuindo com a

segurança alimentar de sua família, pois neste cultivo não está incluído o uso de agrotóxico, e é conhecido da origem do produto e o manuseio na produção.

Vimos que um pouco mais da metade dos informantes dessa pesquisa tem origem rural, com seus pais vivendo por mais de 30 anos na zona rural. Dessa forma eles tiveram a oportunidade de conhecer e conviver com os hábitos do campo, e receber como herança hábitos culturais de consumo de alimentos e desenvolvimento da agricultura. Outros nasceram na zona rural, porém não foram criados lá. E há aqueles que nasceram na cidade e nunca tiveram o contato com a terra, sob a óptica de cultivo. Contudo, o fato de seus pais terem uma vivência rural, contribuiu para que estas pessoas expressassem a agricultura em área urbana através de horta doméstica. Com isso, nota-se que há forte influência da origem rural nesse grupo, uma vez que mais da metade dos pesquisados tiveram a oportunidade de ter contato direto com a zona rural. Almeida (2004) e Oakley (2004) afirmam que a origem rural é um fator que corrobora na tomada de decisão ao desenvolver o cultivo em áreas urbanas, e o lugar de origem dos moradores também exerce influência naquilo que se cultiva e nos alimentos consumidos e os atores envolvidos na agricultura urbana são, na sua maioria, oriundos da zona rural.

Pode-se ilustrar as referências neste sentido a partir de relatos como:

*Nasci na zona rural. Por quanto tempo o senhor morou na zona rural? Até a idade de 12 anos. Depois, aos 25 anos, voltei para zona rural (EAF, 73 anos).*

*É rural, no interiorzinho, bem interior, eu só nasci lá, não morei lá, morei em Campo Grande. Você nasceu e já foi pra Campo Grande? Sim, e fui criada em Campo Grande, lá eu morei na cidade (OVPB, 44 anos).*

*Nasci na cidade, morei um tempo na zona rural com meus pais, mas na maioria do tempo na cidade (SP, 34 anos).*

É interessante notar que os relatos demarcam a trajetória das famílias nas décadas de 70 e 80, quando houve a intensificação do êxodo rural, causada principalmente pelas políticas vigentes, marcadas por um modelo econômico baseado na revolução verde (Santos, 2006b).

Além da origem rural, a manutenção das práticas de agricultura transmitida para essa geração foi apontada como outra hipótese acerca dos motivos da adesão ao projeto e expressada na prática de cultivo em hortas domésticas. A partir do questionamento sobre o hábito de cultivar espécies hortícolas e demais espécies alimentares, obtivemos relatos como:

*Meu pai foi dono de sítio, hoje é falecido, mas o que ele sabia fazer é só... Eles também nasceram e foram criados no sítio? Nasceram e foram criados, o que eles sabiam fazer é só mesmo as coisa da zona rural. (ML, 58 anos).*

*Meus pais da zona rural também. Esses era muito difícil vim pra cidade, eles nasceram e foram criados na fazenda, no sítio, né (MJCS, 53 anos).*

*Meus pais plantavam era mandioca, milho, arroz, cana, batata, essas coisas. E tinham horta? Nessa época a gente não conhecia muito a horta não, mas meus pais plantavam era cebolinha, no mais compravam aqui na cidade. Plantavam mais era cheiro verde, as outras espécies não conheciam, eu mesmo vim conhecer depois que vim morar na cidade (MFST 44 anos).*

*Sempre teve, toda a vida nunca deixou de ter essa hortinha pra fazer essa implementação de outras coisas que acompanhava, como o derivado de arroz, nós fomos criados com comida de milho, com canjiquinha, polenta, essas coisas mais... O inhame, a taioba, a couve, esses sempre tinha e mais derivados de horta. Isso ai era o prato "predileto" deles, da família toda, toda vida sempre cultivou e comeu também (ML, 58 anos).*

Os resultados para esta categoria apontaram que a maioria dos responsáveis pelo cultivo das hortaliças apresenta cultura de cultivo. Seus pais viveram ou vivem na zona rural e mantiveram ou mantêm o hábito de plantar e colher espécies alimentares, sejam espécies hortícolas ou não. Nota-se com isso que a prática de cultivo dos pais pode influenciar o cultivo dos filhos. Este aspecto pode ser notado em alguns relatos onde os informantes enfatizaram ter aprendido com seus pais a plantar e continuam plantando até nos dias atuais. De acordo com Bezerra et al. (2008), a forma de cultivo e a composição das hortas são expressões culturais, devendo ser respeitadas. Isso é notório ao observar que o grupo apresentou formas específicas de cultivo em recipientes como canoa velha, vasos e latas, demonstrando a manutenção de hábitos culturais, nos métodos de cultivo.

Houve também pessoas que não possuíam uma herança familiar de cultivo. Contudo, outros fatores, como necessidade de consumo de hortaliças por indicação médica ou até mesmo pelo valor ornamental atribuído por algumas hortaliças, contribuíram na motivação da adesão ao projeto e na prática de cultivo. Tais informações podem ser ilustradas nas falas:

*Não meu pai já é falecido, minha mãe vive lá, mas não cultiva nada. Mas toda a vida deles foi no sítio? Foi no sítio (LSB, 49 anos).*

*Não, lá era fazenda. Só criava gado. Então lá também não tinha horta? Não (SCSB, 24 anos).*

*Derrubada de mato pra formar fazenda e plantar arroz. Eles trabalhavam para outras pessoas. Eles plantavam alguma coisa? Plantavam arroz, feijão, milho. Você lembra se tinha horta? Não, horta não tinha não. Não conhecia hortaliças não (ISR, 50 anos)*

Após conhecer a origem e a cultura de cultivo dos participantes, buscou-se identificar se os mesmo tinham horta em sua residência antes da adesão ao projeto. Notou-se a presença da horta em algumas residências, demonstrando assim, que algumas pessoas já apresentavam uma preocupação com a alimentação mais saudável da família, e a presença da cultura de cultivo estava manifestada. Pois, antes das ações do projeto Horta Doméstica para o incentivo as famílias à necessidade de cultivar hortaliças, nenhuma outra entidade seja pública ou privada fazia esse trabalho.

*Até que sempre eu gostei de plantar as coisinhas assim no quintal, no fundo do quintal, justamente a gente comprou uma chacinha que pegava a beira do córrego, e a gente plantava alface, fazia os canteirinhos e por ai. Sempre eu mexia, não assim pra comércio, mas pra despesa, né (CDV, 67 anos).*

*Sempre tive. Sempre tinha um espaço reservado (EFBS, 36 anos).*

*Já tinha uma hortinha (MBS, 58 anos).*

As hortas proporcionam aos envolvidos um aumento no consumo de hortaliças, sendo possível produzir alimentos a um baixo custo e de boa qualidade, sem o uso de agrotóxicos e fertilizantes químicos (Fraxe et al., 2007). E o seu cultivo nos quintais, principalmente em países em desenvolvimento, como o Brasil, onde grande parte da população é extremamente carente, constitui uma ótima alternativa para suplementar a dieta alimentar de famílias mais pobres (Oakley, 2004).

A agricultura urbana oferece grande contribuição para o fortalecimento da segurança alimentar e da cidadania das comunidades em situação de vulnerabilidade. Ainda sobre a produção doméstica, Almeida (2004) aponta que, sob o ponto de vista econômico, a pequena produção tem contribuído para a renda familiar, através da diminuição dos gastos com alimentação e saúde, das redes de troca e eventualmente da transformação e comercialização de excedentes da produção.

Embora, algumas famílias não conseguiram por algum motivo, produzir as hortaliças as quais se preuseram, grande parte das famílias alcançaram a meta principal do projeto. “Produção de hortaliças sem uso de produtos químicos em seus quintais”. As espécies mais citadas foram: couve, rúcula, salsinha, cebolinha, coentro, pimenta, pimenta, e outras que foram produzidas por menos famílias.

*Hoje mesmo eu colhi umas rúculas, que a semente foi vocês que deram e tava ai e eu achava que não prestava mais, ai eu joguei num cantinho, mas sempre aguando, olha, mais deu rúcula muito bonita e gostosa (EAF, 73 anos).*

*Olha, que eu lembro, couve, tomate, coentro, alface, cenoura, taioba, acho que foi só, de muda que a gente pegou foi só isso (ARS, 22 anos).*

*Eu plantei couve, salsinha, cebolinha, taioba, coentro. Fiz um canteiro que dava pra plantar, eu gosto de fazer canteiro pra dividir as coisas (ES, 29 anos).*

Ainda que remonte às origens da civilização, a relação entre alimentação e saúde nunca foi tão estreita quanto nos dias de hoje, e há muito tempo acredita-se que o consumo de frutas e hortaliças auxilia na prevenção de doenças (Carvalho et al., 2006). No entanto, sabe-se que grande parte das populações não pratica a alimentação saudável.

Praticamente todos os entrevistados disseram consumir pelo menos duas espécies de hortaliças. Porém, a quantidade que eles consomem ainda é baixa. Neste caso nota-se que as

peessoas seguem uma tendência relacionada ao baixo consumo de alimentos saudáveis. Os brasileiros não consomem um terço do que é recomendado para frutas e verduras, e este consumo insuficiente de frutas e hortaliça é um dos principais fatores de risco para a carga total global de doença em todo o mundo (WHO, 2002).

*No dia-a-dia é o tempero, que é o tomate, cebola de cabeça, pimentão que a horta não dá muito, é batata, cenoura, essas hortaliças assim (JPO, 36 anos).*

*Couve, cebolinha, tomate, o repolho, beterraba, berinjela, é porque são verduras que tinha o costume de ter em casa, né (OMAS 45 anos).*

*Consumo, nossa, muito mesmo, principalmente cheiro verde, né. Isso é o que a gente mais usa na cozinha. Ah sim, mudou bastante, porque eu quase não comia alface, agora eu já como mais, né, a rúcula, principalmente porque faz bem pra saúde também e o tomate. Essas são as verduras que eu mais consumo e o cheiro verde (LSB, 49 anos).*

Há ainda aquelas pessoas que não consumiam hortaliças, ou que consumiam e ainda consomem em baixa quantidade.

*Continuo do mesmo jeito. A gente come pouca hortaliça (AMFR, 34 anos).*

*Não, não consumia não. Ai conforme eu fui adquirindo o conhecimento eu fui aprendendo a comer as hortaliças. Com as palestras, com o conhecimento que a gente teve com as palestras é que a gente conseguiu começar a comer as hortaliças. Agora não, se come uma verdura, uma mandioca, uma batata, então você já vai pra uma parte mais do que se cultivava, né, e come já também (ISR, 50 anos).*

*Sim, a gente começou a consumir mais verdura, mais fruta, né. E é muito importante, porque contém vitaminas, fibras, essas coisas então, é uma coisa mais saudável também você plantando no fundo do quintal né. Não tem agrotóxico. É a gente consumia mais em menos quantidade, né. E agora é bastante (MC, 38 anos).*

Com essas falas, podemos observar que ainda há a necessidade de continuar as atividades de incentivo ao consumo de hortaliças. As pessoas precisam compreender que consumir hortaliças e frutas não é apenas para obedecer às recomendações médicas ou da equipe do projeto e da ESF, é muito mais. Às vezes é necessário mudar as estratégias de abordagens das famílias, ou dar mais ênfase para a necessidade de mudanças nos hábitos de consumo, para que haja uma maior contribuição com a saúde dessas pessoas e também com a prática do cultivo de hortaliças.

Além das hipóteses levantadas a cerca dos motivos da adesão das famílias ao projeto, foi investigado diretamente o motivo de sua participação, onde eles puderam declarar, sobre o seu ponto de vista, o que os levou a ingressar neste projeto. Neste projeto foram desenvolvidas ações educativas visando à implantação e o manejo das hortas domésticas, como ferramenta que permita uma conexão entre educação alimentar e fornecimento de hortaliças, podendo melhorar o potencial nutritivo e contribuir na promoção da saúde e mudanças de hábitos alimentares.

As afirmações quanto ao motivo da participação indica que algumas pessoas participam

do projeto por: gostar de plantar hortaliças; ter acesso às informações quanto à boa alimentação, produção de alimentos que são bons para a saúde; achar que o projeto é muito bom porque ensina a comer mais verduras; aprende a plantar em pequenos espaços, a aproveitar melhor as hortaliças e sua participação é livre e voluntária.

*Ah, eu estou participando pra mim aprender alguma coisa, né. E aprendeu? Ah sim, eu aprendi algo que muitas vezes eu tinha no quintal que podia ser aproveitado que era alimento e eu não sabia, né. Melhorando, né (EFBS, 36 anos).*

*Sobre o modo de plantar e também sobre o regime alimentar, que também nós comíamos mais era carne, e depois elas ensinaram a comer menos gordura, fritura e aprendi a comer as folhas da cenoura que eu não sabia que comia. Então a gente aproveita as cascas que têm muita vitamina, por exemplo, a abóbora verde dá pra fazer com casca e tudo. Aprendemos bastante com o projeto (NAB, 42 anos).*

*Esse projeto é muito bom porque eu pude aprender muito, porque assim, muitas das vezes não é só a gente ir no posto de saúde e tomar vitamina, né. Que a vitamina está na fruta e na verdura, aprendi no projeto. Aprendi assim, eu não sabia que as folhas que a gente junta pra jogar fora, elas servem como esterco, né, e isso eu não sabia, e eu aprendi. Aprendi, porque um dia que teve a oficina aí nos aprendemos como utilizar as frutas, né. Que a maioria das vezes a vitamina está na casca da fruta, da verdura, né. E foi o que eu pude aprender (ESC, 43 anos).*

*Um projeto bom, principalmente para aquelas pessoas que não tem condições de comprar um alimento, como uma folha verde, né, que é necessário pra gurizada ficar fortinha, mas é... Muito bom esse projeto que o pessoal da faculdade ta fazendo aí. Tudo o que a gente vê eles fazendo é criatividade...Pena que aqui realmente não foi pra frente. Mas na escola... minha filha que trazia lá da escola, beterraba, berinjela. Mas ela não come, viu? Por quê? Não gosta, a única coisa que ela come mesmo é tomate. Na salada ela fica catando só o tomate, larga a beterraba, a cenoura (OMAS, 45 anos).*

A educação alimentar não foi indicada diretamente como um dos motivos de adesão ao cultivo de hortaliças em hortas domésticas, porém ao analisar os discursos acima, verifica-se que as ações educativas quanto à importância do consumo de hortaliças através de palestras, folders, oficinas e outras atividades, apresentaram resultados, embora intrinsecamente.

A partir da análise do discurso da maioria das afirmativas, foi observado que há influência da tradição cultural de cultivo associado à origem da pessoa. O gênero mostrou-se marcante nesta pesquisa, evidenciando a mulher nesta forma de expressão da agricultura, no cultivo de olerícolas em horta doméstica, colaborando com a soberania alimentar nutricional da família.

## CONCLUSÃO

Na pesquisa observamos os motivos que levaram a população a implantar hortas domésticas, a partir da sua adesão ao projeto, foram: o resgate da herança cultural de cultivo, a origem do indivíduo e a mobilização através de ações educativas de cultivo e consumo de hortaliças, visando à saúde. Outro aspecto observado foi presença da mulher atuando nas atividades de cultivo,

contribuindo com a segurança alimentar e nutricional da sua família. A mobilização da mulher através do resgate da cultura de cultivo e/ou da educação alimentar e nutricional evidencia-se como uma estratégia de trabalho para a saúde pública, e deve ser motivada pelos atores responsáveis pela saúde pública, para que eles sejam agentes promotores da estimulação do cultivo da horta e consumo de hortaliças. Este aspecto tem grande impacto no tocante aos efeitos na saúde em longo prazo.

A equipe do projeto Horta Doméstica desenvolveu um trabalho de ações educativas, através do incentivo na implantação de hortas domésticas pelas famílias atendidas pelo Posto de Saúde da Família, de forma a despertar a sensibilização no cultivo e consumo de hortaliças, a fim de promover novos hábitos alimentares. Com isso, podemos observar pelos resultados, que incentivar as pessoas a mudarem seus hábitos alimentares não é uma tarefa que alcance muitos resultados em curto prazo, mas que precisa de um ponto de partida. Neste aspecto o projeto contribuiu bastante, pois sem a presença dele na comunidade, possivelmente muitas famílias não estariam cultivando hortaliças, seja por falta de conhecer os benefícios das mesmas para a saúde, ou falta de conhecimento quanto ao modo de cultivar, falta de incentivo ou pensarem que precisavam de um grande espaço para plantar.

As pessoas passaram a consumir mais hortaliças, mas esse consumo ainda é muito aquém do recomendado pelas autoridades da saúde. Com isso é importante que o projeto de continuidade as atividades para que consiga sensibilizar o maior número possível de pessoas para as alterações nos hábitos alimentares com vista ao aumento no consumo de frutas e hortaliças.

A necessidade de informação também pode ter contribuído para a participação das pessoas no projeto, uma vez que ele trabalha na linha de produção de hortas e educação em saúde alimentar realizando reuniões, palestras e oficinas, e essas informações são importantes para a sensibilização das pessoas quanto às mudanças de hábitos.

A inclusão de projetos e/ou programas de promoção de hábitos saudáveis através das Políticas Públicas de Saúde, são necessários, pois são ações de fácil acesso e baixo custo para implantação, além de proporcionarem à população a oportunidade de uma readequação nos hábitos alimentares, conseqüentemente promovendo a diminuição nos fatores de risco à saúde e melhoria na qualidade de vida.

### **AGRADECIMENTO**

Ao Ministério da Educação e Cultura e a Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de Mato Grosso pelo financiamento do projeto Horta Doméstica e a Universidade do Estado de Mato Grosso por ter concedido a bolsa de Iniciação Científica ao primeiro autor.

À comunidade da área de abrangência da Estratégia de Saúde da Família Vitória Régia e a equipe de Saúde da Família Vitória Régia.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, D. Agricultura urbana e segurança alimentar em Belo Horizonte: cultivando uma cidade sustentável. **Agriculturas**, Rio de Janeiro, v.1, n.0, p.25–28, 2004.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Trad. Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Lisboa: Edições 70, 2002. 226p

BEZERRA, K.C.; SEABRA, S.J.; SOUZA, E.A.; SANTOS, W.M. Horta Doméstica com famílias do Programa de Saúde da Família Vitória Régia em Cáceres-MT. 2008. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE OLERICULTURA, 48. **Resumos...** Maringá: ABH. p.S2118-S2125(CD ROM).

CARVALHO, P.G.B.; MACHADO, C.M.M.; MORETTI, C.L.; FONSECA, M.E.N. Hortaliças como alimentos funcionais. **Horticultura Brasileira**, Campinas, v.24, n.4, p.397-404. 2006.

CASTELO BRANCO, M. Uma revisão da agricultura urbana no mundo em desenvolvimento. In: \_\_\_\_\_; MELO, P.E. de; ALCÂNTARA, F.A. de. (Org.). **Hortas Comunitárias: O Projeto Horta Urbana de Santo Antônio do Descoberto**. 1.ed. Brasília: Embrapa Hortaliças, 2007. p.13-23.

FRAXE, T.J.P.; VASQUES, M.S.; MIGUEZ, S.F.; CASTRO, A.P. Horta Escola em Comunidade de Várzea na Amazônia Ocidental. In. XIII CONGRESSO BRASILEIRO DE SOCIOLOGIA. **Anais...**UFPE, Recife, 2007.

GALLO, Z.; MARTINS, L.A.T.P.; PERES, M.T.M. Pobreza, meio ambiente e economia solidária: o caso de Piracicaba. **Revista FAE Centro Universitário**, Curitiba, v.8, n.1, p.39-50, 2005.

IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística). **Censo Demográfico, 2000**. 2000. Disponível em: <<http://www.ibge.org.br>> . Acesso em: Jul. 2008.

LEVY-COSTA, R.B.; SICHIERI, R.; PONTES, N.S.; MONTEIRO, C.A. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v.39, n.4, p.530-40, 2005.

NAUP (Núcleo de Agricultura Urbana e Periurbana). **Síntese da mesa sobre a importância da agricultura urbana e periurbana (AUP) para a segurança alimentar**. Documento do Núcleo de AUP – nov de 2005.

NEVES, J.L. Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades. **Caderno de pesquisa em Administração**, São Paulo, v.1, n.3, p.103-113, 1996.

OAKLEY, E. Quintais domésticos: uma responsabilidade cultural. **Agriculturas**, Rio de Janeiro, v.1, n.1, p.37-39, 2004.

PESSOA C.C.; SOUZA, M.; SCHUCH, I. Agricultura urbana e Segurança Alimentar: estudo no

município de Santa Maria – RS. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v.13, n.1, p.23-27, 2006. Disponível em: <[www.fee.tche.br/3eeg/Artigos/m07t02.pdf](http://www.fee.tche.br/3eeg/Artigos/m07t02.pdf)>. Acesso em: ago. 2008.

PINEYRUA, D.G.F. **Regionalismo Alimentar**: identificação de grupos de consumidores que valorizam o prazer e as tradições alimentares. 117p. Dissertação (Mestrado em Agronegócios) . Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Departamento de Economia e Administração, Programa de Pós-Graduação Multiinstitucional em Agronegócios. Departamento de Economia e Administração Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Campo Grande/MS, 2006.

SANTOS, J.E.; SEABRA JÚNIOR, S.; THEODORO, V.C.A.; NOLASCO, F. **Caracterização da Horticultura comercial do município de Rio Branco/MT/Brasil**. 2008. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE OLERICULTURA, 48. **Resumos...** Maringá: ABH. p.S2332-S2336(CD ROM).

SANTOS, D.M.M. **Revolução Verde**. 2006b. Disponível em: <<http://www.fcav.unesp.br/download/deptos/biologia/durvalina/TEXT0-86.pdf>>. Acesso em: set. 2008.

World Health Organization (WHO). **The world report 2002**: reducing risks, promoting healthy life. Geneva: World Health Organization; 2002. 248p.

★★★★★