

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

CULTIVANDO SAÚDE: IMPLEMENTAÇÃO DA HORTA COMUNITÁRIA COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA E EDUCATIVA EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

DOI: 10.5281/zenodo.18971774

Ana Julia Silva Faria¹

Ana Paula Castro Drumond¹

Caroline Dada Fernandes¹

Fabiana Gonçalves Paiva de Lima¹

Isabel Barroso Campos¹

Julia Oliveira Diniz Rocha¹

Maria Letícia Murta Cunha¹

Lazara Aparecida Coelho de Paula¹

Juliana Lima de Souza Diniz³

Maria Ivanilde de Andrade⁴

¹Acadêmicas da 2ª etapa do Curso de Medicina da FASEH, Vespasiano/MG, Brasil. ²Preceptora do Curso de Medicina da FASEH, Vespasiano/MG, Brasil; ³Docente e Professora TI em PMSUS do Curso de Medicina da FASEH, Vespasiano/MG, Brasil; ⁴Docente e Professora TI em Pesquisa do Curso de Medicina da FASEH, Vespasiano/MG, Brasil.

RESUMO: As hortas comunitárias representam estratégias interdisciplinares que integram nutrição, saúde e educação ambiental no cenário urbano. Este artigo descreve a execução do projeto "CULTIVANDO SAÚDE: a horta comunitária como ferramenta terapêutica e educativa", desenvolvido por acadêmicas de Medicina em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) na Região Metropolitana de Belo Horizonte-MG. O objetivo central foi fomentar hábitos alimentares saudáveis e fortalecer a interação comunitária por meio do cultivo sustentável. A metodologia estruturou-se em três etapas: planejamento estratégico com pesquisa de campo; implementação prática com preparação de solo e plantio de espécies nutricionais e fitoterápicas; e monitoramento contínuo dos indicadores de adesão. Os resultados evidenciaram que a iniciativa, construída de forma colaborativa entre discentes, servidores e Agentes Comunitários de Saúde (ACS), promoveu a humanização do ambiente assistencial e a integração entre o serviço de saúde e o território. Apesar de desafios operacionais como a gestão de recursos hídricos e a necessidade de autogestão assistida, os impactos observados incluíram a melhoria do clima organizacional e o fortalecimento do capital social. Conclui-se que a horta comunitária atua como um dispositivo pedagógico eficaz, alinhando a promoção da saúde aos princípios de sustentabilidade do SUS, revelando-se um modelo exequível e replicável para a integralidade do cuidado na Atenção Primária.

Palavras-chave: Horta Comunitária. Promoção da Saúde. Atenção Primária à Saúde. Sustentabilidade. Educação em Saúde.

INTRODUÇÃO

As hortas comunitárias constituem iniciativas que integram práticas de saúde, nutrição e educação ambiental, sobretudo em centros urbanos com escassas oportunidades de cultivo. O presente trabalho descreve a execução do projeto intitulado “CULTIVANDO SAÚDE: a horta comunitária como ferramenta terapêutica e educativa em uma Unidade Básica de Saúde”, desenvolvido por acadêmicas da 2ª etapa do curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior (IES) da Região Metropolitana de Belo Horizonte-MG. A referida ação originou-se da proposta de elaboração de um produto técnico final, fruto das Atividades Práticas Supervisionadas realizadas pelas discentes em uma Unidade Básica de Saúde (UBS).

O propósito da intervenção consistiu em fomentar hábitos alimentares saudáveis, fortalecer a interação comunitária e proporcionar um espaço destinado a atividades educativas voltadas ao cultivo sustentável. A seleção da temática fundamentou-se na demanda por uma alimentação nutricionalmente rica e acessível, bem como na urgência de promover atividades integrativas na comunidade. Ademais, a horta atua como um instrumento de promoção da saúde, alinhando-se às políticas públicas de sustentabilidade e ao combate de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) decorrentes de dietas inadequadas.

A iniciativa emergiu como resposta à necessidade de ampliar o acesso da população a alimentos frescos, estimulando o bem-estar coletivo. Com base em evidências científicas que correlacionam a má alimentação ao surgimento de patologias crônicas, identificou-se a relevância de instituir um espaço que transcendesse a oferta de alimentos, abrangendo também a educação ambiental e a coesão social. Outrossim, o projeto reflete os princípios de promoção da saúde preconizados pelo Sistema Único de Saúde (SUS), em consonância com as diretrizes de segurança alimentar e sustentabilidade urbana.

Em suma, o objetivo central foi promover práticas de alimentação saudável e sustentável mediante o estabelecimento de uma horta comunitária junto aos profissionais e usuários da UBS, incentivando a integração social e a autogestão. Paralelamente,

buscou-se capacitar os moradores para o manejo de alimentos orgânicos, visando à redução do uso de insumos químicos e ao fortalecimento da segurança alimentar local.

METODOLOGIA

A metodologia adotada para o desenvolvimento do projeto estruturou-se em três etapas principais, abrangendo desde o planejamento estratégico até o monitoramento contínuo das ações. Tais fases foram delineadas visando assegurar o impacto sustentável da iniciativa, com o envolvimento direto da comunidade e da equipe da Unidade Básica de Saúde (UBS).

1. Planejamento e Articulação

O planejamento fundamentou-se em uma pesquisa de campo destinada a identificar as demandas locais concernentes à sustentabilidade e à promoção da saúde. Esta etapa compreendeu a prospecção de parcerias com órgãos públicos, organizações não governamentais (ONGs) e especialistas em agricultura urbana, culminando na elaboração de um cronograma operacional detalhado. Foram realizadas reuniões estratégicas com a equipe multidisciplinar da UBS para definir a espacialidade da horta, a logística de manutenção e o aporte de insumos necessários. A seleção das espécies vegetais considerou as condições edafoclimáticas locais, bem como as propriedades nutricionais e fitoterápicas pertinentes à comunidade.

2. Implementação e Seleção de espécies

A fase executiva envolveu ações práticas de manejo, iniciando-se pela preparação do solo mediante técnicas de compostagem e adubação orgânica. A seleção do plantio priorizou espécies com benefícios terapêuticos e nutricionais comprovados, conforme detalhado a seguir:

Categoria	Espécies Seleccionadas e Propriedades
-----------	---------------------------------------

Hortaliças e folhosas	Couve: rica em vitaminas A, C, K e minerais; Almeirão: auxilia na digestão e controle lipídico; Mostarda e Rúcula: fontes de antioxidantes e micronutrientes; Salsa: propriedades diuréticas.
PANC e raízes	Ora-pro-nóbis: elevado teor proteico; Peixinho: potencial anti-inflamatório; Beterraba: auxílio na prevenção de anemias; Quiabo: auxílio no controle glicêmico.
Fitoterápicos	Erva-cidreira: propriedades sedativas; Bálsamo: ação cicatrizante; Arruda: uso fitoterápico e repelente natural; Boldo: suporte à saúde hepática.
Frutíferas	Pitaya: auxílio no controle do colesterol; Limão: aporte de vitamina C e suporte imunológico.

Figura 1: Descrição das espécies a serem cultivadas. *Fonte: dados da pesquisa, 2024.*

3. Monitoramento e Sustentabilidade

Após o plantio, instituiu-se um sistema de acompanhamento contínuo envolvendo servidores e usuários. Os indicadores de êxito incluem a taxa de adesão comunitária, mudanças no perfil alimentar dos participantes e a consolidação de práticas de autogestão. Trimestralmente, realizar-se-á uma avaliação para o ajuste das técnicas de cultivo e correção de eventuais intercorrências.

Observou-se, ainda, que a iniciativa potencializou a integração da equipe de saúde, fomentando um ambiente de aprendizado mútuo. O monitoramento sistemático visa não apenas a manutenção biológica da horta, mas também a ampliação do engajamento social e a replicabilidade do projeto em cenários futuros.

RESULTADOS DA EXPERIÊNCIA

A implementação da horta comunitária na Unidade Básica de Saúde (UBS) gerou resultados significativos, consolidando-se como uma iniciativa inspiradora para profissionais e usuários. A execução ocorreu de forma colaborativa, abrangendo desde a concepção teórica até a operacionalização prática, com a participação ativa de discentes, servidores da unidade e Agentes Comunitários de Saúde (ACS).

Estruturação e Colaboração

Após a escolha do local para o plantio, a horta foi organizada em três canteiros, delimitados com o reaproveitamento de materiais excedentes da própria unidade, como telhas em desuso, promovendo a sustentabilidade desde a infraestrutura. O aporte de

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

insumos (terra e adubo) e a provisão de mudas originaram-se de doações voluntárias do corpo discente e dos servidores locais. A manutenção e o plantio foram realizados por meio da conjugação de esforços da equipe multidisciplinar nos intervalos dos fluxos de atendimento, contando com o suporte contínuo dos ACS e de membros da comunidade.



Figura 2: Terreno utilizado para o plantio e preparação do terreno pelas acadêmicas. *Fonte: dados da pesquisa, 2024. Imagem autorizada.*

Desafios Operacionais

Não obstante o êxito alcançado, a trajetória do projeto apresentou desafios intrínsecos à gestão pública e comunitária, tais como limitação inicial de insumos e ferramentas, conciliação das atividades de manutenção com a alta demanda assistencial da unidade, necessidade de adaptações dinâmicas no cronograma de irrigação para garantir a viabilidade das espécies e o desafio de institucionalizar a manutenção como uma prática coletiva perene.

Impactos Observados e Continuidade

Atualmente, observa-se o desenvolvimento satisfatório das hortaliças, o que confere à UBS um ambiente mais acolhedor e humanizado, além de estimular a adoção de hábitos alimentares saudáveis pelos usuários. A iniciativa transcendeu o aspecto produtivo, fomentando a integração entre o serviço de saúde e o território, e despertando o interesse coletivo por práticas ecológicas.

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC



Figura 3: Terreno pronto para o plantio. *Fonte: dados da pesquisa, 2024.*

Concluída a etapa inicial, vislumbra-se o potencial de expansão do projeto, com a diversificação das culturas plantadas e a ampliação do contingente de voluntários. A perenidade desta ação poderá fortalecer os vínculos territoriais e potencializar os benefícios à saúde pública e ao equilíbrio ambiental urbano.

IMPACTOS E AVALIAÇÕES DOS RESULTADOS

A implementação da horta na Unidade Básica de Saúde (UBS) gerou repercussões expressivas em diversas frentes, com destaque para o protagonismo das Agentes Comunitárias de Saúde (ACS). Estas profissionais constituíram o núcleo central da execução, participando ativamente de todas as etapas e consolidando uma compreensão aprofundada acerca das práticas de sustentabilidade e manejo ambiental.

Clima Organizacional e Bem-Estar

A iniciativa proporcionou benefícios diretos à equipe multidisciplinar, ao instituir um ambiente de trabalho mais acolhedor e estimulante. O projeto reforçou o sentido de coletividade e bem-estar entre os profissionais, evidenciando a relevância estratégica de integrar ações sustentáveis ao cotidiano dos serviços de saúde. Ao demonstrar como atividades não clínicas contribuem para a qualidade de vida no trabalho, a horta tornou-se um referencial prático de humanização e inovação na gestão local.

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

Integração e Humanização

Os impactos percebidos pela equipe foram significativos no que tange à coesão do grupo. A horta promoveu maior interação entre os diferentes núcleos profissionais, fortalecendo a colaboração e o trabalho interdisciplinar. Tais resultados refletiram positivamente no clima organizacional e nas relações interpessoais, consolidando um sentimento de pertencimento e valorização entre os servidores.

Desenvolvimento de Competências e Educação Permanente

O processo de aprendizagem estendeu-se a todos os atores envolvidos e a iniciativa representou uma oportunidade ímpar para o exercício de habilidades em gestão de projetos e territorialização, estreitando os vínculos entre a academia e o serviço de saúde.

O projeto viabilizou a aquisição de novos saberes sobre cultivo orgânico e sustentabilidade, sedimentando as bases para futuras intervenções de maior abrangência comunitária. Em suma, a horta comunitária transcendeu sua função biológica, atuando como um dispositivo pedagógico e de integração social que alinha a prática assistencial aos princípios da Promoção da Saúde.



Figura 4: Monitoramento da horta pelas acadêmicas e ACS. *Fonte: dados da pesquisa, 2024.*

REVISTA EDUCAÇÃO CONTEMPORÂNEA – REC

DISCUSSÃO

A implementação da horta comunitária no cenário da Unidade Básica de Saúde (UBS) revelou desafios estruturais e operacionais inerentes a projetos de base territorial. Entre os principais obstáculos, destacam-se a necessidade de capacitação técnica continuada dos usuários e a complexidade na gestão compartilhada do espaço e dos recursos hídricos.

Observou-se que a autogestão — embora pilar fundamental para a sustentabilidade e perenidade da iniciativa — apresentou fragilidades em sua fase embrionária, demandando suporte constante e mediação direta por parte da equipe de saúde para a manutenção do fluxo de trabalho.



Figura 5: Evolução das espécies. *Fonte: dados da pesquisa, 2024.*

Todavia, as externalidades positivas observadas superaram as barreiras iniciais. Os benefícios identificados, tais como o fortalecimento do capital social, a ampliação da consciência crítica sobre a segurança alimentar e a receptividade favorável da comunidade, ratificam a relevância estratégica de ações de saúde preventiva e promocional. Tais iniciativas demonstram que a integração entre práticas sustentáveis e o cuidado primário é capaz de transcender o modelo biomédico tradicional, fomentando a autonomia dos sujeitos e a melhoria da qualidade de vida no território.

CONCLUSÃO

A implementação da horta comunitária na Unidade Básica de Saúde (UBS) evidenciou um impacto positivo e multidimensional, incidindo diretamente na qualidade nutricional dos usuários e na promoção da saúde coletiva. A iniciativa demonstrou ser um catalisador no fortalecimento dos vínculos sociais e territoriais, transcendendo a mera produção de alimentos.

O modelo de autogestão adotado para o espaço foi fundamental para fomentar o protagonismo, a responsabilidade compartilhada e a autonomia dos participantes, elementos essenciais para assegurar a sustentabilidade e a perenidade do projeto a longo prazo.

Os resultados obtidos ratificam que a integração de hortas em ambientes de Atenção Primária à Saúde constitui uma estratégia exequível e eficaz. Tal abordagem harmoniza a promoção da saúde com as diretrizes de sustentabilidade ambiental, consolidando-se como um modelo replicável para outras unidades de saúde e contextos comunitários que busquem a integralidade do cuidado.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

DUARTE, C. S.; SANTOS, L. M.; COSTA, M. M. Hortas urbanas e seu papel na promoção de uma alimentação saudável. Revista Brasileira de Saúde Pública, 2021.

FILGUEIRA, Farley. Novo manual de olericultura: agrotecnologia moderna na produção e comercialização de hortaliças. 3. ed. Viçosa: Editora UFV, 2008. 421 p.

ZANELLA, M. E.; LIMA, S. B. O papel das hortas comunitárias na promoção da saúde e na educação ambiental. Saúde e Sociedade, v. 26, n. 3, p. 655-667, 2020.