

VISITAÇÃO E ELABORAÇÃO DE HORTA COMO ATIVIDADE INTEGRATIVA PARA IDOSOS

Mariana Polano Posada ¹

Rafael Rodrigues de Souza ²

Francis Junior Soldateli ³

Paloma de Lourdes Ribeiro Carvalho ⁴

Alexandre Segatto ⁵

Marcos Toebe ⁶

Resumo:

A população mundial vem apresentando um crescente aumento do número de pessoas acima de 60 anos, e os idosos são a parcela da população que mais cresce. A família prevalece como sendo o suporte no cuidado com o idoso, embora muitas vezes não disponham de condições, frente a isso, surgem as instituições para estes, conhecidas como asilos. É necessário a realização de novas atividades que possam integrar o idoso ao seu meio, com ações que possibilitem trocas de experiências e relatos de casos, bem como, atividades dinâmicas. Deste modo, surgiu o projeto denominado Visita e Apoio ao Lar dos Idosos, realizado pelo Grupo PET AGRO, com o intuito de contribuir com a melhoria da qualidade de vida deles, através da produção e fornecimento de alimentos com qualidade. Assim, o presente trabalho tem por objetivo descrever as ações que o PET desenvolve no projeto Visita e Apoio ao Lar dos Idosos, bem como divulgar os resultados e experiências evidenciados com o convívio no lar. As atividades do projeto iniciaram no primeiro semestre de 2017, na área externa do lar dos idosos, localizado na cidade de Itaqui-RS. O projeto foi proposto em reuniões do grupo, a partir da integração com responsáveis pelo lar e docentes da Unipampa. Além disto, foram realizadas reuniões juntamente com a nutricionista do lar, para definições de ações, intervenções e modos de atuação do grupo dentro da instituição. A atividade proposta baseava-se na premissa de que os integrantes do PET AGRO deveriam realizar a implantação e manutenção de uma área para produção de hortaliças. O desejo dos idosos em consumir diferentes hortaliças, tornou-se um aspecto determinante nas escolhas das espécies cultivadas. Na área disponibilizada para instalação e condução da horta foram realizadas atividades para preparar o local como cercamento, limpeza, e levantamento dos canteiros. Posteriormente, foi realizada a manutenção do local de instalação, iniciou-se a produção de mudas, realizando-as na casa de vegetação da universidade. Na medida em que as mudas apresentaram o crescimento adequado, foram levadas para o asilo e transplantadas. Quando as culturas estavam aptas ao consumo, funcionários do asilo, bem como os próprios idosos do lar foram orientados a realizar a colheita destas dos canteiros. Este projeto permitiu resultados em diferentes estratos da comunidade, com ganhos no processo sociocultural, no acréscimo da qualidade de vida por meio de uma alimentação saudável aos moradores do asilo e na formação dos discentes que participaram destas atividades. A produção de hortaliças possibilitou a diversificação de alimentos fornecidos aos moradores do lar, proporcionando o suprimento de suas necessidades, sendo estas determinadas pela nutricionista responsável pelo local. Aos discentes se viabilizou, além da oportunidade de trocar experiências com pessoas de diferentes faixas etárias, o aumento do compromisso dos mesmos com a manutenção de um espaço para cultivo de produtos alimentícios. As ações desenvolvidas pelo grupo no lar dos idosos foram satisfatórias, oportunizando a integração entre os discentes e destes com pessoas da sociedade em um meio externo ao âmbito acadêmico.

Palavras-chave: terceira idade, terapia, asilo

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

VISITAÇÃO E ELABORAÇÃO DE HORTA COMO ATIVIDADE INTEGRATIVA PARA IDOSOS

¹ Aluno de graduação. marippolano@gmail.com. Autor principal

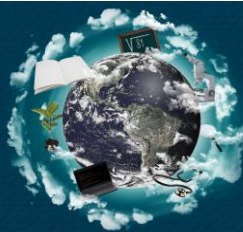
² Aluno de graduação. rafael.r.de.s@gmail.com. Co-autor

³ Aluno de graduação. francisjrsoldateli@gmail.com. Co-autor

⁴ Aluno de graduação. palomaribeiro168@gmail.com. Co-autor

⁵ Aluno de graduação. segattoalexandre@gmail.com. Co-autor

⁶ Docente. m.toebe@gmail.com. Orientador



VISITAÇÃO E ELABORAÇÃO DE HORTA COMO ATIVIDADE INTEGRATIVA PARA IDOSOS

1. INTRODUÇÃO

A população mundial vem apresentando um crescente aumento do número de pessoas acima de 60 anos, resultado da diminuição das taxas de fecundidade e de mortalidade nas últimas décadas. Atualmente, os idosos são a parcela da população que mais cresce e estima-se que no ano de 2025, o Brasil terá a sexta maior população de idosos do mundo (KUCHEMANN, 2012).

A família prevalece como sendo o suporte no cuidado com o idoso, embora muitas vezes não disponham de condições emocionais, financeiras e técnicas para desempenhar tal papel. A partir desta realidade, surgem as instituições para idosos, conhecidas como asilos, as quais se destinam a cuidar, fortalecer a autonomia e a independência na realização das atividades, assim como proporcionar uma melhor qualidade de vida para estes.

Entretanto, devido essa parcela da população apresentar maiores fragilidades, os modelos vigentes de atuação apresentam restrições, principalmente nos âmbitos estruturais e sociais (GOMES et al., 2014). Assim, um dos grandes desafios do lar é garantir a realização de atividades de interação que sejam satisfatórias e ações que contribuam com a qualidade de vida dos idosos atendidos. A partir disto, torna-se necessário a realização de novas atividades que possam integrar o idoso ao seu meio. Nesse sentido, ações que possibilitem trocas de experiências e relatos de casos, bem como, atividades dinâmicas apresentam-se com suma importância para instigar e integrar os idosos.

Frente a isso, surgiu o projeto denominado Visita e Apoio ao Lar dos Idosos, realizado pelo Grupo PET AGRO, com o intuito de contribuir com a melhoria da qualidade de vida dos idosos, através da produção e fornecimento de alimentos com qualidade, enriquecendo a dieta alimentar. Além disto, visa proporcionar trocas de informações com pessoas de outras áreas de atuação e faixas etárias, contribuindo para a formação de acadêmicos com comprometimento social e visão humanística, possibilitando assim, a descoberta de novas experiências e integração entre acadêmicos e idosos.

Assim, o presente trabalho tem por objetivo descrever as ações que o Grupo PET AGRO desenvolve no projeto Visita e Apoio ao Lar dos Idosos, bem como divulgar os resultados e experiências evidenciados com o convívio com os idosos.

2. METODOLOGIA

As atividades do projeto iniciaram no primeiro semestre de 2017, na área externa do lar dos idosos, denominado de Associação de Damas de Caridade, localizado na cidade de Itaqui-RS, sendo realizadas pelos integrantes do Grupo PET do curso de Agronomia da Universidade Federal do Pampa, UNIPAMPA, campus Itaqui.

O projeto foi proposto em reuniões semanais do grupo, a partir da integração com responsáveis pelo lar dos idosos em conjunto com os docentes da instituição federal de ensino superior. Além disto, foram realizadas reuniões com os responsáveis pelo local, juntamente com a nutricionista do lar, para definições de ações, intervenções e modos de atuação do grupo dentro da instituição.

A atividade proposta baseava-se na premissa de que os integrantes do Grupo PET AGRO deveriam realizar a implantação e manutenção de uma área para produção de hortaliças que propiciassem melhor qualidade nutricional aos idosos que viviam neste local. Assim, diferentes culturas olerícolas deveriam ser implantadas com o intuito de fomentar iniciativas inovadoras para o lar, criando um local harmônico e instigante para os idosos, visando propiciar maior contato com o cultivo de alimentos e servir como uma atividade de socialização e bem-estar.

Inicialmente foram realizadas conversas com os idosos, expondo os principais objetivos do projeto e como estes poderiam ser colaboradores do mesmo. Logo, juntamente com os responsáveis pelo lar e a nutricionista, foram identificadas as principais demandas de hortaliças pelos idosos, destacando-se: alface (*Lactuca sativa* L.), beterraba (*Beta vulgaris* L.), cebolinha (*Allium fistulosum* L.), cenoura (*Daucus carota* L.), couve (*Brassica oleracea* L.), morango (*Fragaria vesca* L.), rabanete (*Raphanus sativus* L.), repolho (*Brassica oleracea* var. *capitata*), rúcula (*Eruca sativa* L.), salsa (*Petroselinum crispum* L.), além de alguns temperos e chás diversos. O desejo dos idosos em consumir diferentes hortaliças, tornou-se um aspecto determinante nas escolhas das espécies cultivadas, bem como de que modo estas seriam implantadas no local. Para tanto, considerou-se o zoneamento agrícola e as peculiaridades das espécies utilizadas e do local de implantação.

A área disponibilizada para instalação e condução da horta foi de aproximadamente 140m², logo, iniciaram-se as atividades com intuito de preparar o local. Dentre as diversas tarefas iniciais realizadas, destacam-se: delimitação da área através de cercamento, limpeza do terreno, levantamento dos canteiros, adubação e cobertura plástica dos canteiros e implantação de sistemas de irrigação por gotejamento (Figura 1).



Figura 1. Alunos do curso de Agronomia iniciando as atividades (A), limpeza do terreno (B) e a área após a realização das primeiras tarefas (C).

Posteriormente, foi realizada a manutenção do local de instalação, iniciou-se a produção de mudas, realizando-as na casa de vegetação da UNIPAMPA, onde as sementeiras ocorreram no dia 01/04/2017, utilizando-se o substrato comercial MacPlant® e acondicionadas em bandejas de poliestireno com 172 células. A irrigação foi realizada manualmente de acordo com a demanda hídrica. Na medida em que as mudas apresentaram o crescimento/desenvolvimento adequado, foram transportadas para o asilo e transplantadas de acordo com as recomendações do Manual de Olericultura (FILGUEIRA, 2007), possibilitando assim o transplante escalonado, de maneira a manter a área com a constante presença de hortaliças. Quando as culturas estavam aptas ao consumo, funcionários do asilo, bem como os próprios idosos do lar foram orientados a realizar a colheita destas dos canteiros.

Através de reuniões realizadas semanalmente entre os integrantes do grupo e tutor, foi determinado que estes deveriam escalonar as visitas ao lar, com o intuito de ao menos duas vezes na semana ocorrer visitas à horta, onde seriam realizados alguns manejos de limpeza da área e, caso necessário, a colheita e transplante de novas mudas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este projeto permitiu resultados em diferentes estratos da comunidade, com ganhos no processo sociocultural, no acréscimo da qualidade de vida por meio de uma alimentação saudável aos moradores do asilo e na formação dos discentes que participaram destas atividades.

No segmento sociocultural, a intervenção da universidade em um ambiente distinto, permitiu melhorias em diferentes aspectos, transferindo os conhecimentos adquiridos no decorrer do curso pelos acadêmicos, colocando-os em prática para manutenção de um sistema produtivo voltado a doações dos produtos obtidos. Além de que, se valorizou a convivência social, permitindo a construção de espaços de socialização com a observação de relações sociais estabelecidas entre idosos e discentes, como a troca de informações, seja no manejo da horta ou questões sociais ligadas às experiências vivenciadas por ambas as partes fortalecendo vínculos afetivos. Ainda, tais ações fortificam e revigoram as relações sociais do grupo, ampliando suas percepções sobre o ambiente que os cerca, bem como sobre sua inserção no mesmo.

A produção de hortaliças possibilitou a diversificação de alimentos fornecidos aos moradores do lar dos idosos, proporcionando o suprimento de suas necessidades, sendo estas determinadas pela nutricionista responsável pelo local. Segundo COELHO & BÓGUS (2016), a presença de um ambiente de produção dentro de um meio comunitário interfere na educação alimentar desta sociedade. Logo, a intervenção na adequação alimentar dos idosos, com uma reeducação alimentar se faz necessária para melhorar os ganhos à qualidade de vida destes, de maneira que, a educação nutricional tem sido destaque de distintos trabalhos epidemiológicos na terceira idade, nos quais se descreve a correlação entre o fator doença e o comportamento alimentar (BARBOSA, 2012; GUIMARÃES & OLIVEIRA, 2014; ZIMMERMANN & KIRSTEN, 2008).

Em contraponto, AYRES (2007), comenta que uma horta comunitária além de poder ser vista diante de uma perspectiva hermenêutica da saúde, também valoriza a participação ativa dos sujeitos a partir de uma necessária relação dialógica, demonstrando que, a implantação de horta em um espaço comunitário ultrapassa as barreiras de busca por alimentos mais saudáveis, permitindo a ligação e troca de saberes entre os envolvidos.

Aos discentes se viabilizou, além da oportunidade de trocar experiências com pessoas de diferentes faixas etárias, o aumento do compromisso dos mesmos com a manutenção de um espaço para cultivo de produtos alimentícios. Sabe-se que uma horta comunitária é um espaço participativo que pode ser pensado como um ambiente profícuo de aprendizagem e de produção de cuidado (COELHO & BÓGUS, 2016). Todavia, permitiu-se, também, a ampliação de aspectos fitotécnicos dos acadêmicos frente à área de horticultura, incrementando suas técnicas de cultivo e permitindo a experiência em situações de extensão rural. A produção de hortaliças promoveu a integração entre todos os participantes do projeto, sendo os produtos colhidos destinados, preferencialmente, para o Lar dos Idosos. No entanto, o mesmo recebeu doações de outras entidades e quando em excesso de produtos alimentícios colhidos, estes, foram destinados a doações em escolas públicas ou outras entidades de cunho social, propiciando o aproveitamento de todo o material investido e colhido no local (Figura 2).



Figura 2. Produtos da horta.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações desenvolvidas pelo Grupo PET AGRO no lar dos idosos foram satisfatórias, oportunizando a integração entre os discentes e destes com pessoas da sociedade em um meio externo ao âmbito acadêmico. A atividade proporcionou bem-estar, aprendizados e trocas interpessoais entre os envolvidos, construindo ainda vínculos entre os participantes do projeto, colaboradores, comunidade e natureza.

5. REFERÊNCIAS

- AYRES, J. R. C. M. Uma concepção hermenêutica de saúde. **Physis**, v. 17, n. 1, p. 43-62, 2007.
- BARBOSA, M. **A importância da alimentação saudável ao longo da vida refletindo na saúde do idoso**. 41f. 2012. Monografia (Pós-graduação em nutrição clínica), Departamento de Ciências da Vida, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2012.
- COELHO, D. E. P.; BÓGUS, C. M. Vivências de plantar e comer: a horta escolar como prática educativa, sob a perspectiva dos educadores. **Saúde e Sociedade**. v. 25, n. 3, p. 761-771, 2016.
- FILGUEIRA, F. A. R. **Novo manual de olericultura**: agrotecnologia moderna na produção e comercialização de hortaliças. 3.ed. Viçosa: UFV, 2007. 421p.
- GOMES, E. C. C.; MARQUES, A. P. O.; LEAL, M. C. C.; BARROS, B. P. Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 8, p. 3543-3551, 2014.
- GUIMARÃES, L. M.; OLIVEIRA, D. S. A influência de uma alimentação saudável para longevidade e prevenção de doenças. **Interciência & Sociedade**, v. 3, n. 2, p. 238-295, 2014.
- KUCHEMANN, B. A. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. **Sociedade e Estado**, v. 27, n. 1, p. 165-180, 2012.
- ZIMMERMANN, A. M.; KIRSTEN, V. Alimentos com função antioxidante em doenças crônicas: uma abordagem clínica. **Disciplinarum Scientia**, Santa Maria, v. 9, n. 1, p. 51-68, 2008.