



**INSTITUTO  
FEDERAL**

Goiano

---

Câmpus  
Morrinhos

**BACHARELADO EM AGRONOMIA**

**A IMPLANTAÇÃO DE HORTAS COMUNITÁRIAS E O REFLEXO NOS HÁBITOS  
ALIMENTARES E NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DA COMUNIDADE**

**LETÍCIA CRISTINE AMARAL CRUZ**

**MORRINHOS - GO**

**2020**

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA  
INSTITUTO FEDERAL GOIANO – CAMPUS MORRINHOS

BACHARELADO EM AGRONOMIA

A IMPLANTAÇÃO DE HORTAS COMUNITÁRIAS E O REFLEXO NOS HÁBITOS  
ALIMENTARES E NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DA COMUNIDADE

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado como parte das exigências  
para obtenção de título de Engenheiro  
Agrônomo, do Instituto Federal de  
Educação, Ciência e Tecnologia Goiano –  
Campus Morrinhos.

**Orientador:** Prof. Dr. Anselmo Afonso  
Golynski

MORRINHOS – GO

2020

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**Sistema Integrado de Bibliotecas – SIBI/IF Goiano Campus Morrinhos**

C957i Cruz, Leticia Cristine Amaral.

A implantação de hortas comunitárias e o reflexo nos hábitos alimentares e na educação. /Leticia Cristine Amaral Cruz. – Morrinhos, GO: IF Goiano, 2020.

14 f. : il.

Orientador: Dr. Anselmo Afonso Golynski

Trabalho de conclusão de curso (graduação) – Instituto Federal Goiano Campus Morrinhos, Bacharelado em Agronomia, 2020.

1.Horta comunitária . 2. Alimentação. 3. Hortaliça 4. I. Golynski, Anselmo Afonso II. Instituto Federal Goiano. III. Título.

CDU 631.147

**TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR  
PRODUÇÕES TÉCNICO-CIENTÍFICAS NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DO  
IF GOIANO**

Com base no disposto na Lei Federal nº 9.610/98, AUTORIZO o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano, a disponibilizar gratuitamente o documento no Repositório Institucional do IF Goiano (RIIF Goiano), sem ressarcimento de direitos autorais, conforme permissão assinada abaixo, em formato digital para fins de leitura, download e impressão, a título de divulgação da produção técnico-científica no IF Goiano.

**Identificação da Produção Técnico-Científica**

<input type="checkbox"/> Tese	<input type="checkbox"/> Artigo Científico
<input type="checkbox"/> Dissertação	<input type="checkbox"/> Capítulo de Livro
<input type="checkbox"/> Monografia – Especialização	<input type="checkbox"/> Livro
<input checked="" type="checkbox"/> TCC - Graduação	<input type="checkbox"/> Trabalho Apresentado em Evento
<input type="checkbox"/> Produto Técnico e Educacional - Tipo: _____	

Nome Completo do Autor: Letícia Cristine Amaral Cruz

Matrícula: 2013104220210023

Título do Trabalho: A IMPLANTAÇÃO DE HORTAS COMUNITÁRIAS E O REFLEXO NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DA COMUNIDADE.

**Restrições de Acesso ao Documento**

Documento confidencial:  Não  Sim, justifique: \_\_\_\_\_

Informe a data que poderá ser disponibilizado no RIIF Goiano: 04/03/2020

O documento está sujeito a registro de patente?  Sim  Não

O documento pode vir a ser publicado como livro?  Sim  Não

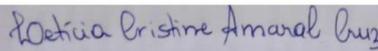
**DECLARAÇÃO DE DISTRIBUIÇÃO NÃO-EXCLUSIVA**

O/A referido/a autor/a declara que:

- o documento é seu trabalho original, detém os direitos autorais da produção técnico-científica e não infringe os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade;
- obteve autorização de quaisquer materiais inclusos no documento do qual não detém os direitos de autor/a, para conceder ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano os direitos requeridos e que este material cujos direitos autorais são de terceiros, estão claramente identificados e reconhecidos no texto ou conteúdo do documento entregue;
- cumpriu quaisquer obrigações exigidas por contrato ou acordo, caso o documento entregue seja baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano.

Morrinhos, 04 / 03 / 2020.

Local Data



Letícia Cristine Amaral Cruz

Ciente e de acordo:



Assinatura do (a) orientador(a)



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA GOIANO  
CAMPUS MORRINHOS  
COORDENAÇÃO DO CURSO SUPERIOR DE BACHARELADO EM AGRONOMIA

### ATA DE APRESENTAÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Aos **04** dias do mês de **março** do ano **2020** reuniram-se nas dependências do Instituto Federal Goiano Câmpus Morrinhos a Banca de Avaliação do Trabalho de Conclusão de Curso composta pelos professores **Dr. Anselmo Afonso Golynski, Msc. Ênio Eduardo Brasília e Msc. Danilo Silva de Oliveira**, sob a presidência do primeiro, para avaliar o Trabalho de Curso da discente **Leticia Cristine Amaral Cruz** intitulado **A IMPLANTAÇÃO DE HORTAS COMUNITÁRIAS E O REFLEXO NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DA COMUNIDADE**, requisito parcial para a obtenção do título de **BACHARELADO EM AGRONOMIA**. Ao iniciar os trabalhos, o presidente da Banca Avaliadora cedeu o tempo regulamentar para que o discente fizesse a apresentação do seu trabalho, sendo seguido pela arguição dos Membros da Banca de Avaliação. Concluídas estas etapas, o trabalho foi considerado:

<input checked="" type="checkbox"/> Aprovado.
<input type="checkbox"/> Aprovado com Ressalvas <sup>1</sup> .
<input type="checkbox"/> Reprovado.

Nota	9,5
------	-----

Observações:

Membros da Banca:

Prof. Dr. Anselmo Afonso Golynski	
Msc. Ênio Eduardo Brasília	
Msc. Danilo Silva de Oliveira	

Nome do Candidato: \_\_\_\_\_  
**Leticia Cristine Amaral Cruz**

**LETÍCIA CRISTINE AMARAL CRUZ**

**A IMPLANTAÇÃO DE HORTAS COMUNITÁRIAS E O REFLEXO NOS HÁBITOS  
ALIMENTARES E NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DA COMUNIDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso DEFENDIDO e \_\_\_\_\_  
em \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020 pela banca examinadora constituída por:

---

Ênio Eduardo Basílio  
Membro Interno

---

Danilo Silva de Oliveira  
Membro Interno

---

Prof. Dr. Anselmo Afonso Golynski  
Orientador  
IF Goiano – Campus Morrinhos

MORRINHOS – GO

2020

## **DEDICATÓRIA**

Dedico a minha mãe, pois se não fosse o seu empenho, apoio e ajuda eu não conseguiria. Dedico também, a minha família, amigos e professores por acreditarem e confiarem na minha capacidade.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por me sustentar, me dar forças, saúde e por me ajudar sempre que preciso. A minha mãe Maria Terezinha da Cruz Amaral por ser meu ponto de apoio e equilíbrio, sempre com muito amor e companheirismo.

À minha família que sempre me incentivou, principalmente minha avó Terezinha Soares do Amaral (In memoriam), pois se não fosse o seu amor pelo campo e por ter me passado isso desde de pequena eu não teria descoberto a minha paixão pela área. Aos meus amigos por me transmitir paz, força, e por acreditarem na minha capacidade de vencer obstáculos colocados no meu caminho, meus sinceros agradecimentos a Danielle Souza, Jamille Zahia, Priscilla Coscrato, Gilmar Vieira, Mônica Dallara e Natália Arrais.

Aproveito a oportunidade para também agradecer a professora Mara Lemke, Welershon Castro e ao professor Túlio Machado por estenderem a mão e me ajudarem em um momento tão delicado que vivi no final da graduação, acredito que essa conquista tem muitos de vocês.

Agradeço ao professor doutor Anselmo Afonso Golynski por não medir esforços em me ajudar, por sempre se colocar disposto a sanar dúvidas, orientar e além de tudo por ser um grande amigo. Obrigada professor por todo conhecimento e experiência que me foi passado, vindo a acrescentar muito na minha formação.

E por fim agradeço ao Instituto Federal Goiano e toda equipe por me ajudar a conquistar a minha tão sonhada formação acadêmica.

Sou grata a todos, obrigada!

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>MATERIAL E MÉTODOS.....</b>	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>12</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>13</b>

## RESUMO

CRUZ, Letícia Cristine Amaral. **A IMPLANTAÇÃO DE HORTAS COMUNITÁRIAS E O REFLEXO NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DA COMUNIDADE**. 14 p. Trabalho de conclusão de curso (Bacharel em Agronomia). Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano – Campus Morrinhos, Morrinhos – GO, 2020.

A alimentação saudável possui influência direta no conceito de saúde, e deve estar associada a uma boa nutrição, para garantia de pleno bem-estar físico e mental. O baixo consumo frutas, verduras e legumes está relacionado com as diversas doenças seculares, tais como a diabetes e a hipertensão. A criação de hortas comunitárias para produção de hortaliças têm sido um diferencial na vida das comunidades de vulnerabilidade social. A produção de hortaliças em Hortas Comunitárias é definida como sendo uma atividade sem fins lucrativos com o objetivo principal de distribuir a produção de forma gratuita a comunidade. Foram realizados estudos sobre os impactos positivos gerados pela implantação de Hortas Comunitárias, com entrevistas aos beneficiários, que garantiram que com o fornecimento das hortaliças, houve redução na situação de pobreza relacionada à alimentação, com benefícios na saúde e boa nutrição. Com relação ao consumo das hortaliças, os questionários evidenciaram que os hábitos alimentares das famílias melhoraram consideravelmente. Diante dos resultados encontrados percebe-se que o projeto Horta Comunitária é de grande importância para a sociedade, trazendo inúmeros benefícios para as famílias atendidas.

**Palavras Chave:** Horta comunitária, alimentação, hortaliças.

## **ABSTRACT**

CRUZ, Leticia Cristine Amaral. **THE IMPLEMENTATION OF COMMUNITY VEGETABLES AND THE REFLECTION ON FOOD HABITS AND NUTRITIONAL EDUCATION IN THE COMMUNITY.** 14 p. Graduation work (Bachelor in Agronomy). Instituto Federal Goiano – Campus Morrinhos, Morrinhos - GO, 2020.

Healthy eating has a direct influence on the concept of health, and must be associated with good nutrition, to guarantee full physical and mental well-being. Low consumption of fruits and vegetables is related to several secular diseases, such as diabetes and hypertension. The creation of community gardens for the production of vegetables has been a differential in the lives of communities of social vulnerability. The production of vegetables in Community Gardens is defined as a non-profit activity with the main objective of distributing production free of charge to the community. Studies were carried out on the positive impacts generated by the implementation of Community Gardens, with interviews with beneficiaries, who guaranteed that with the supply of vegetables, there was a reduction in the situation of poverty related to food, with health benefits and good nutrition. Regarding the consumption of vegetables, the questionnaires showed that the eating habits of the families improved considerably. Given the results found, it is clear that the Community Garden project is of great importance to society, bringing numerous benefits to the families served.

**Keywords:** Community garden, food, vegetables.

## 1 INTRODUÇÃO

A alimentação saudável possui influência direta no conceito de saúde, e deve estar associada a uma boa nutrição, para garantia de pleno bem-estar físico e mental. O baixo consumo frutas, verduras e legumes está relacionado com as diversas doenças seculares, tais como a diabetes e a hipertensão. Desse modo, torna-se necessário o cultivo destes alimentos para a garantia de uma boa nutrição e bem-estar físico, já que são ricos em nutrientes essenciais para o metabolismo humano (FERNANDES et al., 2013).

É crescente a criação de projetos que fazem uso do espaço público para realização de ações em prol da comunidade. Como exemplo deste movimento, a criação de hortas comunitárias para produção de hortaliças têm sido um diferencial na vida das comunidades de vulnerabilidade social (COSTA et al., 2015).

A produção de hortaliças em Hortas Comunitárias é definida como sendo uma atividade sem fins lucrativos com o objetivo principal de distribuir a produção de forma gratuita a comunidade. Os desafios são descritos como a organização das pessoas que colaboram com a atividade para que não haja danos aos produtos, os custos com energia elétrica e água para irrigação das hortaliças (BRANCO e ALCÂNTARA, 2011).

Os benefícios na vida das famílias que recebem regularmente os produtos de Hortas Comunitárias podem ser descritos como melhoria nos hábitos de consumo, contribuindo para uma alimentação mais saudável, com qualidade, rica em vitaminas e minerais, além disso, as famílias consomem produtos frescos e com qualidade nutricional durante toda a semana (FERNANDES et al., 2013).

Foram realizados estudos sobre os impactos positivos gerados pela implantação de Hortas Comunitárias, com entrevistas aos beneficiários, que garantiram que com o fornecimento das hortaliças, houve redução na situação de pobreza relacionada à alimentação, com benefícios na saúde e boa nutrição (HENZ e ALCÂNTARA, 2009).

## 2 MATERIAL E MÉTODOS

A Horta Comunitária está situada desde 2015 no município de Morrinhos, estado de Goiás, em local cedido pela Prefeitura Municipal, sendo o antigo Serviço de Integração ao Menor – SIM, localizado na Região Santa Rosa. O projeto atende semanalmente aproximadamente 200 famílias em situação de vulnerabilidade social dos bairros Sol Nascente, Vila Nova, Morro 1 e 2.

As atividades de plantio, colheita e distribuição das hortaliças são realizadas preferencialmente aos sábados de manhã, pelos discentes do Instituto Federal Goiano Campus Morrinhos, com auxílio dos moradores do bairro Sol Nascente.

Durante o ano de 2019, o projeto Horta Comunitária foi responsável por realizar semanalmente no município de Morrinhos a distribuição de 500 molhos de couve, 50 kg de berinjela, 100 kg de pepino, 120 kg de abobrinha, 1000 pés de alface, 100 unidades de guariroba, 20 kg de quiabo, 30 kg de jiló, 150 kg de repolho, 400 kg de mandioca, 1000 kg de melancia e aproximadamente 250 kg de tomate, além de 200 molhos de cheiro verde (salsa e cebola). Os resultados estão melhores evidenciados na Tabela 1.

<b>Produtos Entregues</b>	<b>Quantidade Produzida</b>
<b>Melancia</b>	1000 kg
<b>Mandioca</b>	400 kg
<b>Couve</b>	500 molhos
<b>Cheiro Verde</b>	200 molhos
<b>Alface</b>	1000 pés
<b>Guariroba</b>	100 unidades
<b>Abobrinha</b>	120 kg
<b>Berinjela</b>	50 kg
<b>Quiabo</b>	20 kg
<b>Jiló</b>	30 kg
<b>Repolho</b>	150 kg
<b>Tomate</b>	250 kg

A entrega das hortaliças aos beneficiários é feita de forma totalmente gratuita, aos sábados, na creche Infância Protegida. Aos participantes beneficiados pelo projeto, foram aplicados questionários que abordavam informações acerca do perfil socioeconômico das famílias, foram aplicados 54 questionários em 2 dias diferentes, sendo 27 em cada um dos dias. Os resultados obtidos através dos mesmos revelam a importância do projeto na vida das famílias.

Com objetivo de realizar o levantamento de dados acerca dos beneficiários do Projeto Horta Comunitária, foi utilizado o método de aplicação de questionários com questões fechadas e semi-abertas.

Foram aplicados 54 questionários que abordaram informações acerca do perfil socioeconômico das famílias, por meio da caracterização dos membros de acordo com idade, parentesco com o responsável pelo fornecimento das informações, profissão e renda mensal. Foram levantados dados acerca da quantidade de membros com deficiência física, mental, intelectual e sensorial, bem como, doenças e condições de saúde.

Os beneficiários responderam qual era a frequência no hábito de consumo de hortaliças antes de conhecerem o Projeto Horta Comunitária, e após iniciar o recebimento gratuito, com qual frequência passaram a consumir, além de informar sobre as mudanças nos hábitos alimentares, qual o tempo de participação no projeto e como tomou conhecimento da existência do mesmo.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro dia, 40,74% das pessoas que compareceram eram moradoras do setor Sol Nascente e apenas 18,51% do setor Morro II, o restante pertencia ao bairro Morro I. A maioria eram mulheres na faixa etária de 21 a 30 anos (48,41%), quanto aos homens beneficiados pelo projeto, possuem em média de 11 a 20 anos de idade (40,74%) que não necessariamente compareceram ao local de distribuição, pois o questionário foi aplicado a apenas um representante de cada família.

Com relação ao consumo das hortaliças, os questionários evidenciaram que os hábitos alimentares das famílias melhoraram consideravelmente. Antes do projeto, 59,25% dos participantes consumiam vegetais somente de 1 a 2 vezes por semana, sendo que 22% relataram que em nenhum dia na semana consumiam hortaliças. Entretanto, após tomarem conhecimento do projeto, a alimentação mudou, 81,48% dos participantes dizem alimentar-se com as hortaliças todos os dias da semana, um aumento significativo, causando reflexos positivos na saúde dos beneficiários.

A grande maioria dos participantes que responderam ao questionário são pessoas de baixa renda, 51,85% deles possuem uma renda mensal de pouco mais de R\$1.000,00, 29% dos entrevistados ganham de R\$800,00 a R\$1.000,00 por mês, valor considerado baixo. Diante disso, percebe-se a importância da distribuição de forma gratuita dessas hortaliças, visto que, famílias de baixa renda não têm condição financeira para um consumo frequente de frutas, verduras e legumes.

No segundo dia de aplicação dos questionários, o panorama não mudou muito, a maioria dos entrevistados eram moradores do setor Sol Nascente (66%), mas com um aumento de participantes de outros bairros como Centro e Jardim América (14,81%), as mulheres com idade entre 31 a 40 anos eram maioria, cerca de 20% e os homens com idade de 41 a 50 anos eram 37%. Observou-se neste dia um aumento de casos de pessoas doentes na família, pessoas com necessidade de alimentação especial, eram de 11,11% entre os homens na idade de 51 a 60 anos.

Outra vez, os resultados evidenciaram um aumento significativo no consumo de hortaliças após o projeto, cerca de 85% dos entrevistados dizem ter um consumo diário de frutas, verduras e legumes desde o início de sua participação nas distribuições. Sendo que, antes do projeto, o consumo era apenas de 1 a 2 vezes por semana para cerca de 66% dos

beneficiários. A renda mensal dos participantes no segundo dia permaneceu semelhante aos do primeiro, 44% possuem renda de pouco mais de R\$1.000,00 e 33% de R\$800,00 a R\$1.000,00.

Diante dos resultados encontrados percebe-se que o projeto Horta Comunitária é de grande importância para a sociedade, trazendo inúmeros benefícios para as famílias, com uma significativa melhora em seus hábitos alimentares, podendo desse modo atender a toda à população em estado de vulnerabilidade social. Estes resultados estão em confirmação com os dados Fernandes et al. (2013) que dizem respeito a qualidade da alimentação das famílias e suas respectivas melhoras após a implantação das hortas comunitárias.

## REFERÊNCIAS

BRANCO, C. M. e ALCÂNTARA, F. Hortas urbanas e periurbanas: o que nos diz a literatura brasileira? **Revista Horticultura Brasileira**, v.29, n.3. Brasília, jul. - set, 2011.

COSTA, C. G. A. et al.; **Hortas comunitárias como atividade promotora de saúde: uma experiência em Unidades Básicas de Saúde**. Scielo, 2015.

FERNANDES, R. et al.; **Benefícios da Implantação do Programa Hortas Comunitárias em Maringá – Paraná**. Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research, Vol.4 n.1, pp.79-82, 2013.

HENZ, G. P. e ALCÂNTARA, F. A. **Hortas: o produtor pergunta, a Embrapa responde**. Brasília: Embrapa, 2009.