

FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS POR CRIANÇAS QUE PARTICIPAM DO PROJETO: HORTAS – MODIFICANDO HÁBITOS E CULTIVANDO SAÚDE

Luan Silva Cardoso¹, Bruna Laís Nascimento Alves², Jacinto de Luna Batista³
Núbia Pereira Costa⁴,

O Projeto Hortas – Modificando Hábitos e Cultivando Saúde faz parte do Edital PROEXT/2014 MEC/SSEu e aborda a contribuição de estudantes e professores do Curso de Agronomia do CCA/UFPB junto à comunidade escolar, tanto pública como particular da cidade de Areia-PB. As atividades do projeto consistem em planejar, executar e manter hortas nas escolas, abordando em todas elas informações sobre a importância da horticultura e trabalha o desenvolvimento da percepção de formar hábitos alimentares saudáveis. O Projeto está sendo desenvolvido nas escolas de rede pública, Júlia Verônica dos Santos Leal e Escola Municipal de Ensino Fundamental Madre Trautilinde, situadas na cidade de Areia/PB. Objetivou-se nesse trabalho avaliar mudanças no hábito alimentar das crianças a partir da participação no projeto Hortas – Modificando Hábitos e Cultivando Saúde. Estão envolvidos no projeto crianças de faixa etária de 6 a 14 anos, compreendendo do 1º ao 5º ano. As hortas foram formadas utilizando canteiros verticais e convencionais, ambos feitos com garrafas pet (Politereftalato de etileno). Com as hortas foi possível inserir na merenda escolar uma diversidade de hortaliças, cultivadas no próprio ambiente escolar, como: alface, tomate, berinjela, cebolinha, cenoura, chicória, rúcula, couve, coentro, espinafre e jiló. Dessa forma, enriquecendo o valor nutricional das refeições, despertando interesse no consumo e maior conhecimento em diferentes tipos de hortaliças, principalmente nas escolas da rede pública. Também foram realizadas atividades mostrando a importância do consumo de hortaliças. Junto com os alunos foi efetuado todo o processo de cultivo, desde o preparo do solo até à colheita. A avaliação da mudança ou não de hábitos foi realizada com a aplicação de um questionário semiestruturado aplicado antes do início do projeto e outro sete meses depois. Verificou-se que houve maior interesse pelo consumo de hortaliças com afirmação de mudanças de hábitos alimentares, com consumo diário, pelos alunos e seus pais.

Palavras-chave: extensão, hortaliças, reeducação alimentar.

¹ Graduando em Agronomia, UFPB/CCA, Bolsista PROEXT, luansilva9@gmail.com;

² Graduando em Agronomia, UFPB/CCA, Bolsista PROEXT, brunalaisna@gmail.com;

³ Professor Colaborador/ e-mail: jacinto@cca.ufpb.br

⁴ Professora, Orientadora, nubia@cca.ufpb.br