

Resgate de práticas saudáveis e sustentáveis a partir de vivências com a agroecologia e agricultura urbana

Recovery of healthy and sustainable practices through experiences of agroecology and urban agriculture

Silvana Maria Ribeiro¹
Jessica Vaz Franco¹
Mariana Tarricone Garcia¹
Cláudia Maria Bógus²
Helena Akemi Wada Watanabe²

¹ Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública, Departamento de Política, Gestão e Saúde, Programa de Pós-graduação em Saúde Pública. São Paulo-SP, Brasil.

² Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública, Departamento de Política, Gestão e Saúde. São Paulo-SP, Brasil.

Fonte de financiamento: CNPq nº 153903/2011-2 e FAPESP nº 2011/23.187-3

Correspondências / Correspondence
Silvana Maria Ribeiro
E-mail: silmaribe@gmail.com

Resumo

O artigo se propõe a discutir o resgate de práticas voltadas a alimentação, saúde e meio ambiente, decorrentes de envolvimento em atividades de agricultura urbana agroecológica, sob o enfoque da Promoção da Saúde e da Segurança Alimentar e Nutricional. Foram realizadas quatro oficinas de sistematização de experiências do projeto de agricultura urbana agroecológica “Colhendo Sustentabilidade”, nos anos de 2012 e 2013. A sistematização de experiências é uma metodologia de pesquisa qualitativa de cunho participativo que possibilita a reconstrução reflexiva de uma experiência coletiva. Participaram deste processo 24 pessoas em quatro oficinas. Os dados coletados, através de uma das oficinas que teve por objetivo identificar o impacto do projeto na vida cotidiana de todos os envolvidos, foram organizados e analisados dentro das seguintes categorias vinculadas à Promoção da Saúde: reforço da ação comunitária, empoderamento, participação social e desenvolvimento de habilidades. Os achados revelaram que o contato com a terra em atividades de horta contribuiu para o resgate cultural de saberes; para a construção de novos conhecimentos; para a mudança gradativa de hábitos alimentares, pois ressalta a relação alimentação-saúde-meio ambiente, além de proporcionar momentos de convívio social envolvendo a alimentação. Conclui-se que a mescla de conhecimentos tradicionais e científicos, trabalhados através de estratégias pedagógicas participativas e dialógicas, permite a troca de experiências sob diversos aspectos da alimentação e sugere que iniciativas como a analisada no presente estudo podem contribuir para o resgate cultural, o

empoderamento e o desenvolvimento de práticas sustentáveis e promotoras de saúde.

Palavras-chave: Práticas Alimentares Saudáveis. Agricultura. Agroecologia.

Abstract

The article discusses the recovery of practices focused on food, health and the environment, resulting from involvement in agroecological urban agriculture activities, within Health Promotion and Food and Nutrition Security. Four workshops were organized to systematize the experiences of the agroecological urban agriculture project known as “ColhendoSustentabilidade” (Harvesting Sustainability), in 2012 and 2013. The systematization of experiences is a participatory qualitative research methodology that enables a reflexive reconstruction of a collective experience. Twenty-four people participated in this process in four workshops. Data were collected, through one of the workshops that aimed to identify the impact of the project on the daily life of all those involved. They were organized and analyzed within the following categories related to Health Promotion: reinforcement of community action, empowerment, social participation and skills development. The findings revealed that contact with land in garden activities contributes to cultural recovery and construction of new knowledge; for the gradual change of eating habits, since it emphasizes the relationship between food and health and the environment, in addition to providing moments of social interaction involving food. The authors concluded that the mixture of traditional and scientific knowledge, built through participatory and dialogic pedagogical strategies, allows the exchange of experiences about different aspects of food, and suggests that initiatives such as the one analyzed in this study can contribute to cultural recovery, empowerment and the development of sustainable and health promoting practices.

Keywords: Healthy Diet. Agriculture. Agroecology.

Introdução

O interesse na relação entre alimentação, meio ambiente e seus impactos sobre a saúde dos indivíduos vem crescendo entre os pesquisadores e profissionais da saúde pública.

A alimentação adequada e saudável, segundo o CONSEA¹, é definida como:

A realização de um direito humano básico, com a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais dos indivíduos, de acordo com o ciclo de vida e as necessidades alimentares especiais, pautada no referencial tradicional local. Deve atender aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação, prazer (sabor), às dimensões de gênero e etnia, e às formas de produção ambientalmente sustentáveis, livres de contaminantes físicos, químicos, biológicos e de organismos geneticamente modificados.

Nos dias atuais, entretanto, o consumo de alimentos é influenciado pelo ritmo da vida urbana, no qual a escassez de tempo contribui para que a população tenha comportamentos alimentares prejudiciais à saúde, através da diminuição no consumo de alimentos tradicionais e do aumento no consumo dos ultraprocessados e refeições rápidas que, em sua maioria, são mais disponíveis e acessíveis.¹⁻⁴ Essa situação é consequência das principais características do sistema alimentar mundial, como a predominância de um padrão de produção agrícola intensivo, mecanizado e com elevada utilização de produtos químicos; o processamento dos bens, a fim de ampliar a durabilidade e agregar serviços (pré-preparo etc.), podendo implicar perda das características e qualidades originais do alimento; a crescente padronização de hábitos alimentares, acompanhada da difusão de produtos próprios de determinadas culturas ou regiões; e a ampliação do peso do comércio internacional no abastecimento alimentar dos países, até mesmo como forma de escoar excedentes produtivos dos países mais ricos. Ou seja, há uma reflexividade entre as condições das formas de produção e o padrão hegemônico do consumo alimentar.⁵

Esses novos hábitos alimentares próprios da vida urbana são alguns dos principais fatores de risco para o excesso de peso, diabetes e outras doenças crônicas não transmissíveis,⁶ devido à alta densidade energética e baixa quantidade de nutrientes e fibras.⁴

No Brasil, o acesso a uma alimentação adequada é considerado um direito básico de todo cidadão,⁷ e a garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, que consiste na realização deste direito, é um dever do Estado e responsabilidade da sociedade, através, entre outros aspectos, da produção e disponibilidade de alimentos saudáveis e seguros, prezando pela suficiência, estabilidade, autonomia e sustentabilidade e, também, em sinergia com a Promoção da Saúde, no enfoque socioeconômico, de saúde e nutrição.⁸

Em relação ao meio ambiente, a qualidade de vida do ser humano está intimamente relacionada ao seu habitat, devido à interação dinâmica entre elementos naturais e sociais. Neste sentido, não se pode

abordar questões relacionadas à saúde sem considerar os aspectos ambientais e da sustentabilidade, considerando as seguintes dimensões: ambiental, econômica, social, cultural e política.⁹

Os conceitos compartilhados pela Segurança Alimentar e Nutricional e pela Promoção da Saúde estão presentes em diferentes políticas e estratégias sobre alimentação e nutrição, a fim de promover práticas alimentares saudáveis.¹⁰ Baseiam-se no Marco de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, que tem por objetivo promover um campo comum de reflexão e orientação da prática, no conjunto de iniciativas de Educação Alimentar e Nutricional que contemple os diversos setores vinculados ao processo de produção, distribuição, abastecimento e consumo de alimentos. São adotados os seguintes princípios: I) Sustentabilidade social, ambiental e econômica; II) Abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade; III) Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas; IV) A comida e o alimento como referências: valorização da culinária enquanto prática emancipatória; V) A promoção do autocuidado e da autonomia; VI) A educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e a participação ativa e informada dos sujeitos; VII) A diversidade nos cenários de prática; VIII) Intersetorialidade; e IX) Planejamento, avaliação e monitoramento das ações.¹¹

Outra prática que vem sendo moldada de acordo com a evolução do espaço urbano no mundo contemporâneo, é a agricultura urbana e periurbana, que se apresenta como uma alternativa à agricultura moderna ou agricultura convencional, dominante até os dias de hoje.

A agricultura urbana e periurbana ganhou força no Brasil na década de 1980, juntamente com a ascensão dos movimentos sociais em meio às contradições agrárias: modernização da agricultura, concentração de terras, êxodo rural e violência no campo.¹² Devido a sua característica interdisciplinar, a agricultura urbana e periurbana também dialoga com as propostas da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde. Tem como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitam a diversidade cultural e que são ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.¹³ Particularmente na linha da Promoção da Saúde, ainda contribui para mudanças na sociedade como o oferecimento de ambientes sustentáveis, participação comunitária e empoderamento individual e coletivo.

A agroecologia, que pode ser a base da agricultura urbana e periurbana, permeia diversas dimensões da sociedade, pois se insere em um processo sistêmico, transformando os mecanismos hegemônicos de exploração social e valorizando uma agricultura socialmente mais justa, economicamente viável e ecologicamente apropriada. Esta ciência, que se encontra em dinâmica, resgata e respeita o saber popular dos povos tradicionais, em especial dos agricultores, e valoriza toda a sabedoria intrínseca na relação sustentável entre ser humano e natureza, além de promover a equidade de gênero e a autonomia do produtor agrícola com foco em uma economia mais solidária, agregando também o conhecimento científico.¹⁴

Quando a agricultura urbana e periurbana se desenvolve em consonância com os princípios da agroecologia, contribui para o acesso a alimentos frescos e saudáveis, além de prover autossustento às populações urbanas mais vulneráveis, tornando-se instrumento para suprir parte das carências alimentares¹⁵ e auxiliar na (re)construção dos saberes da vida rural, como os cultivos antes praticados nas roças e nos espaços abertos das casas.¹⁶

A participação nestas atividades relacionadas à alimentação, já enraizadas na cultura brasileira, resulta em um rico patrimônio sociocultural, pois o ato de comer envolve muito mais que se alimentar para saciar a fome; faz parte de um sistema em que a comunicação ocorre com respeito às raízes históricas, àquilo que é tradicional, como também ao que constitui os novos hábitos.¹⁷

Os alimentos tradicionais de cada cultura podem ser recuperados e valorizados a partir da descoberta da diversidade alimentar proporcionada pela prática da agricultura urbana e periurbana, reforçando a nutrição e a saúde, além de fortalecer as características culturais do grupo. Muitos indivíduos estão desconectados do ciclo de vida destes alimentos e perderam as habilidades de cultivá-los e prepará-los.¹⁸

O presente artigo se propõe a discutir o resgate de práticas voltadas à alimentação, saúde e meio ambiente decorrente de envolvimento em atividades de agricultura urbana agroecológica, sob o enfoque da Promoção da Saúde e da Segurança Alimentar e Nutricional.

Metodologia

Este artigo é fruto de uma pesquisa de mestrado que avaliou os impactos da participação no projeto de agricultura urbana agroecológica “Colhendo Sustentabilidade” na vida dos participantes.

Esse projeto foi desenvolvido entre 2008 e 2011, no município de Embu das Artes, região metropolitana de São Paulo, por meio de uma parceria entre poder público, Governos Federal e Municipal e sociedade civil, através de uma organização não governamental que implantou hortas comunitárias em diferentes espaços públicos do município.

Local de estudo

Embu das Artes foi escolhida como cenário da pesquisa devido à diversidade de atividades de agricultura urbana e agroecologia que eram desenvolvidas no município na época da investigação. Essas atividades eram realizadas dentro dos princípios da agroecologia e da educação popular, envolvendo setores diversos da administração local e da sociedade civil.

Situada na Região Metropolitana de São Paulo, Embu das Artes leva o título de estância turística, apesar de ser também reconhecida como cidade-dormitório, pois muitos de seus

habitantes trabalham na capital do estado ou em cidades vizinhas, voltando para suas residências somente para dormir.

A população atual de Embu das Artes é de 258.917 habitantes, em uma área de aproximadamente 70,39km², com densidade demográfica de 3.590,41 hab/km².¹⁹

O município possui 59% de sua área sob a Lei de Proteção aos Mananciais e integra as Reservas da Biosfera da Mata Atlântica e do Cinturão Verde da cidade de São Paulo, com 22% de seu território declarado como Área de Proteção Ambiental, a “APA Embu-Verde” (15,7km² do município), e 11,9km² (17,5%) de Áreas de Proteção Permanentes, boa parte das quais, no entanto, já alterada e ocupada de forma irregular.²⁰

Além da biodiversidade da região, o município apresenta duas realidades bem distintas: a primeira, localizada na zona oeste do município, mostra uma cidade repleta de fauna e flora, arte e cultura; a segunda, atravessando a rodovia Régis Bittencourt, que corta o município, apresenta uma profunda mudança socioambiental, marcada por um crescimento desordenado e ocupações urbanas em áreas de risco.

Coleta de dados

Foram realizadas quatro oficinas de sistematização de experiências, entre os anos de 2012 e 2013, sendo que as três primeiras ocorreram nos dias 16 e 30 de junho e 14 de julho de 2012; a quarta aconteceu no dia 23 de março de 2013.

Todas as oficinas tiveram o suporte de uma consultora especializada em mediações de grupos, denominada de “facilitadora”, que contribuiu com a coleta de dados (relatos, desenhos, painéis) durante os quatro encontros.

A sistematização de experiências é uma metodologia de pesquisa qualitativa de cunho participativo que, por meio de diferentes técnicas e abordagens, possibilita a reconstrução reflexiva de uma experiência coletiva.^{21,22}

A utilização desta metodologia na pesquisa centrou-se na necessidade de obter uma compreensão mais refinada sobre o projeto “Colhendo Sustentabilidade”, com o objetivo de aprimorar as ações deste, sendo possível compartilhar os aprendizados extraídos, conduzir uma reflexão teórica surgida a partir desta vivência e contribuir com a disseminação dos conhecimentos produzidos de forma coletiva por todos os envolvidos.

O caráter sistemático da sistematização de experiências proporciona o resgate de uma história vivida pelos sujeitos da pesquisa, servindo de base para a geração de conhecimentos, diálogos e compartilhamento de experiências, além de produzir aprendizado e qualificação do processo; análise da importância dos efeitos desta participação nas pessoas e difusão de resultados.²³

A seguir, apresentamos os propósitos de cada oficina:

- Oficina 1: Resgatar a história do projeto com os envolvidos no projeto “Colhendo Sustentabilidade”;
- Oficina 2: Identificar o impacto do projeto na vida cotidiana de todos os envolvidos sob a ótica da Promoção da Saúde;
- Oficina 3: Obter informações acerca das Forças, Oportunidades, Fraquezas e Ameaças do projeto “Colhendo Sustentabilidade”;
- Oficina 4: Fazer a devolutiva dos resultados obtidos e validá-los junto aos sujeitos da pesquisa.

Para este artigo, foi considerada apenas a segunda oficina, que teve o objetivo de identificar “o impacto do projeto ‘Colhendo Sustentabilidade’ na vida cotidiana de todos os envolvidos”. E, conforme ilustrada na tabela 1, esta oficina teve como participantes 24 pessoas – homens e mulheres, divididos em: representantes da equipe técnica do projeto (execução do projeto); representantes do corpo de funcionários da Prefeitura (técnicos dos serviços públicos, como: agentes de saúde, enfermeiros, assistentes sociais, etc.); e representantes dos participantes do projeto (agricultoras e agricultores urbanos participantes de diferentes hortas comunitárias do município).

Tabela 1. Participantes das oficinas de sistematização segundo sexo e papel desempenhado no projeto. Embu das Artes-SP, 2012.

Participantes	Homens	Mulheres	Total
Agricultores Urbanos	6	10	16
Funcionários	0	4	4
Técnicos	3	1	4
Total	9	15	24

O critério estabelecido para a seleção dos sujeitos da pesquisa foi relacionado, exclusivamente, ao tempo de participação/envolvimento com o projeto “Colhendo Sustentabilidade”, correspondendo a um período mínimo de seis meses. Esse critério foi atendido por todos os que participaram da segunda oficina, ou seja, os 24 participantes da atividade. A faixa etária compreendeu entre 28 e 77 anos.

Para o desenvolvimento da investigação, foram considerados os princípios éticos que norteiam a pesquisa envolvendo seres humanos, conforme a Resolução CNS nº 196/96 e suas complementares, com aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo nº 2.323, de 27 de fevereiro de 2012.

Análise de dados

Buscou-se descrever o histórico do projeto “Colhendo Sustentabilidade” e organizar os dados segundo categorias analíticas decorrentes dos referenciais teóricos da Promoção da Saúde: sustentabilidade, participação, intersetorialidade, ação comunitária, desenvolvimento de habilidades e ambientes favoráveis à saúde e elaboração de políticas públicas saudáveis; e da Segurança Alimentar e Nutricional: acesso à alimentação adequada e saudável. Assim, os depoimentos coletados, através de gravações e anotações durante a oficina de sistematização, foram classificados e organizados para compor um banco de dados para análise e síntese dos dados. Foi realizada a análise de conteúdo temático, considerando opiniões recorrentes e frequentemente expressas, dissensos e consensos e alguns trechos, relacionados com os temas estudados, foram selecionados para serem aqui apresentados.

Para isso, foi realizada leitura flutuante e horizontal que, segundo Minayo,²⁴ ocorre no momento em que os pesquisadores tomam o contato direto e intenso do material de campo selecionado, seguindo os seguintes passos: leitura, categorização e análise.

Em um primeiro momento, foram realizadas leituras exaustivas de cada depoimento e documento, anotando-se as primeiras impressões, buscando-se a coerência interna das informações. A partir destas, foram construídas as categorias empíricas, para serem posteriormente confrontadas e relacionadas com as categorias analíticas teóricas preestabelecidas como balizas da investigação. No momento seguinte, foi realizada a leitura transversal de cada subconjunto e do conjunto na sua totalidade, recortando os textos em temas (variáveis empíricas ou teóricas), categorias, unidades de sentido, reunindo as partes semelhantes e estabelecendo suas conexões. Após esta etapa, foi realizado o “enxugamento”, o refinamento da classificação dos temas, agrupando-os em torno de categorias centrais, conectando-as em uma “lógica unificadora”.²⁴

Resultados e Discussão

No intuito de aprofundar a dimensão da Promoção da Saúde e da Segurança Alimentar e Nutricional durante a realização da oficina de sistematização de experiências, os participantes foram convidados a fazer um resgate de suas memórias, voltados à construção da imagem de suas vidas antes e depois da participação no projeto “Colhendo Sustentabilidade”, através da seguinte

reflexão “O que mudou em minha saúde e na forma como me alimento?”. Foi possível analisar alguns discursos voltados à troca de saberes a partir do resgate cultural relacionado à alimentação e à saúde dos participantes.

A construção coletiva proporcionada pela sistematização de experiências incentiva a reconstrução do que está sendo sistematizado por meio do resgate memorial dos fatos de forma reflexiva. Proporciona, ainda, a análise dos fatos ocorridos para perspectivas futuras, seja na melhoria de algo já existente ou na realização de algo novo.

A educação popular, por estimular a autonomia e a organização em um grupo de indivíduos, interage bem com a sistematização de experiências, pois auxilia na valorização do resgate cultural dos sujeitos e no desenvolvimento da potencialidade e da criatividade de cada um. Também considerada uma educação de perspectiva libertadora, por ser comprometida com mudanças efetivas e transformadoras nas relações de poder que perpetuam a existência do capitalismo, promove uma relação horizontal entre educadores e educandos e a real possibilidade de emancipação enquanto sujeitos da história.²⁵

A educação popular representa, segundo Pedrosa & Bonetti,²⁶ uma

abordagem pedagógica adequada ao trabalho de conscientização dos sujeitos sobre justiça e direitos sociais, por meio da organização de grupos na construção de projetos de autonomia e a partir da leitura crítica da realidade, construindo um saber compartilhado, tendo como diretriz político-ideológica as construções freirianas de libertação e emancipação.

Jara-Holliday²² coloca que, em um emaranhado de pessoas e experiências, tudo se torna complexo, multidimensional e pluridirecional, devido à ocorrência de fatores objetivos e subjetivos. Assim, não há simplesmente feitos e coisas que sucedem ou sucederam; existem indivíduos que pensam, sentem e vivem; que fazem com que esses feitos aconteçam em contextos e situações determinadas e que, ao fazê-los, constroem novos contextos, situações e relações.

Da análise, emergiram as seguintes categorias vinculadas à Promoção da Saúde: i) reforço da ação comunitária nas dimensões: ambiente, sociabilidade, cidadania; ii) empoderamento nas dimensões: desenvolvimento de potencialidades, poder, autonomia; iii) participação social; e iv) desenvolvimento de habilidades nas dimensões: ambiental, segurança alimentar e nutricional, saúde e social.

O reforço da ação comunitária, que é um dos campos de ação da Promoção da Saúde,^{27,28} foi identificado nas seguintes dimensões: ambiente, sociabilidade, cidadania, que na maioria das vezes eram acompanhados da categoria empoderamento.

Alguns autores destacam que o reforço da ação comunitária ainda envolve o incremento de poder das comunidades na fixação de prioridades, na tomada de decisões e na definição

e implementação de estratégias, para alcançar melhor nível de saúde, tendo como resultado o empoderamento da comunidade.^{27,28}

No depoimento transcrito abaixo, um agricultor urbano citou a necessidade de repassar os conhecimentos para os mais jovens, demonstrando preocupação com as futuras gerações e reforçando a ação comunitária:

Coisas que a gente precisa, estava sendo esquecido, e tem que ser resgatado, a gente tem que, como já foi dito aqui, tem que passar para essa futura geração, essa menina aí, de que o negócio você não vai numa gôndola ali no supermercado e está tudo prontinho lá não, tem uma história para o produto chegar até lá. (Agricultor urbano, 63 anos).

Outros agricultores citaram como iniciaram a implantação de novas hortas, atuando como multiplicadores da agricultura urbana agroecológica:

Nós temos até bastante foto da creche, eu e ele ensinando as criancinhas, adolescentes... ensinamos a plantar... as criancinhas tudo pequenininha nós ensinamos a plantar, eles vieram todos plantar, tudo criancinha deste tamanho... no [bairro] São Marcos... ali no [Jardim] Santa Clara, na escola (Agricultor urbano, 64 anos).

Os próximos relatos demonstraram a multiplicação dos saberes e a valorização do potencial das comunidades locais:

[...] em última instância gerou mudanças na nossa vida como um todo, não foi a mudança só em relação aquele grupo, afetou várias dimensões da nossa vida, o que pôde nos tornar mais multiplicadores...a gente compartilha desse conhecimento com as pessoas [...] a gente quer ensinar, trocar, compartilhar aquilo que a gente sente e isso foi muito bacana, a nossa relação como multiplicadores. (Técnico-educador do projeto “Colhendo Sustentabilidade”, 31 anos).

A valorização da integração comunitária foi manifestada nos próximos relatos:

Então, o que eu achei que foi importante ao longo de todo o processo, estimular a conservação ambiental e produzir alimentos saudáveis, resgatar o saber popular e a história de vida das pessoas e mostrar o quão valoroso é esse conhecimento, trocar experiências das mais diversas com as pessoas participantes [...] (Técnico-educador, 32 anos).

O empoderamento, outra categoria identificada, esteve ligado a outras dimensões, tais como desenvolvimento de potencialidades; aumento do poder, da autonomia dos indivíduos e dos grupos sociais nas relações interpessoais e institucionais. Tornou-se um processo que oferece possibilidades

às pessoas de autodeterminar suas próprias vidas, efetivando sua inserção nos processos sociais e políticos, a partir de sua integração na comunidade e na articulação com outras organizações.²⁹

A comunidade, uma vez fortalecida, contribui para a realização de trocas de saberes entre gerações, além da multiplicação dos conhecimentos adquiridos e aplicação de práticas positivas nas comunidades, como ocorreu em vários momentos durante a execução do projeto “Colhendo Sustentabilidade”. Mesclando o conhecimento popular com o conhecimento científico, atividades como rodas de conversa, planejamentos e avaliações participativas, elaboração de desenhos coletivos, atividades lúdicas e jogos cooperativos podem ser desenvolvidos como estratégias pedagógicas.³⁰

Durante as atividades realizadas no projeto “Colhendo Sustentabilidade”, os técnicos priorizavam o resgate dos saberes dos participantes, aprimorando as capacidades individuais e coletivas, a partir da união entre saberes tradicionais, provenientes da comunidade e saberes científicos, trazidos pela equipe técnica multidisciplinar, tecendo um novo conhecimento, mais rico e reconhecido por todos os envolvidos.

Nas atividades práticas, o trabalho com a terra foi o principal instrumento utilizado para a construção de conhecimento. Os momentos de implantação e manutenção dos sistemas produtivos não serviam apenas para o plantio de espécies, mas também para observação, reflexão e aprendizagem do grupo em relação a si próprio e à natureza, bem como para a formação da identidade cultural dos grupos.

A cultura, entendida como preservação e resgate da memória histórica, de valores, de hábitos, de posturas religiosas, de folclore, refere-se também ao nível de criação de símbolos e valores que caracterizam o modo de ser de uma sociedade, de uma era, ou de uma determinada história. Cultura, nesta visão, significa, então, produção humana e social, a qual ocorre por meio da ativação das potencialidades e da criatividade de cada sociedade, de cada grupo, com relação ao desenvolvimento de si mesma e no relacionamento com o ambiente.³¹

Isso vem realmente, resgatar aquilo que os nossos antepassados já praticavam, nossos avós, nossos pais, antigamente não se ouvia falar em agrotóxico [...] como que era plantado? Tudo naturalmente, né? Então, hoje em dia, a gente sabe que não acontece isso, né? (Agricultor urbano, 57 anos).

Para Demo,³¹ cultura é “a marca do homem sobre a terra”, principalmente em termos simbólicos, isto é, a capacidade de se criar e desdobrar em suas potencialidades próprias e também de interagir com as situações de seu entorno. Neste sentido, cultura está relacionada à capacidade que cada um tem de construir sua própria história; assim, o resgate do saber popular, ou simplesmente resgate cultural realizado pelas pessoas, por ser algo que já existe no plano individual, é reforçado no coletivo.

A cultura também deve ser pensada sob a perspectiva de um legado recebido e por meio da transmissão de hábitos e costumes de uma geração para a outra, porém, sua aceitação, não necessariamente, ocorre de forma passiva. Para Guazelli & Pereira³²

Existe um processo de recepção, de apropriação cultural dos objetos, utilizados de diferentes formas. A realidade não é recebida como um arquivo e congelada em uma memória em espaços estanques. As realidades sociais são sempre construídas e não simplesmente repassadas. Isso permite a possibilidade de revisitar antigas crenças e costumes e, em alguma dimensão, questioná-los.

Nos casos das práticas agrícolas, o resgate de antigas práticas torna-se ainda mais intenso ao pensarmos que grande parte das pessoas envolvidas no projeto “Colhendo Sustentabilidade” era de origem rural.

Os resgates das raízes, muitas pessoas que vieram da área rural e que há muito tempo não tinha a oportunidade de mexer com a terra e através da ideia da horta essas pessoas voltaram a ter oportunidade de mexer com a terra e de fazer o que eles gostavam. (Auxiliar de Enfermagem, sexo feminino, 45 anos)

Essas práticas sustentáveis vivenciadas no passado por pessoas que nasceram ou cresceram no meio rural não são esquecidas. Quando muito, são guardadas no interior das lembranças, e no momento em que se vivencia um processo de resgate, são acessadas e vêm à tona, conforme pode ser observado a seguir:

O meu pai sempre mexeu com horta, sempre fez plantio, sempre procurou plantar tudo orgânico para a gente comer [...] então quando eu tive essa oportunidade de me aproximar mais da terra, de ter contato mais com as plantas, foi muito bom para mim [...] (Agricultora urbana, 36 anos)

A participação social, um dos princípios da Promoção da Saúde, é considerada um processo mediante o qual diversas camadas sociais tomam parte na produção, gestão e usufruto de bens e serviços de determinada sociedade.³³ Esta foi uma categoria identificada em diversos momentos do projeto “Colhendo Sustentabilidade”. Em relação ao resgate cultural, destacamos as práticas de mutirão no projeto.

Durante a implantação dos sistemas produtivos agroecológicos, uma das estratégias utilizadas pela equipe técnica foi a realização de “mutirões” como forma de potencializar a produção agrícola, integrar pessoas ao projeto e resgatar práticas solidárias esquecidas no tempo, resultando também na mobilização de pessoas e reforçando ações em torno da temática da agricultura urbana agroecológica.

O trabalho na terra contribuiu para a construção de novos conhecimentos; os momentos de implantação e manutenção dos sistemas produtivos eram utilizados para colocar em prática os conhecimentos agroecológicos.

As práticas de mutirões são características do modo de trabalho familiar, especialmente do “caipira”, e geralmente ocorrem quando a família não dá conta de determinada tarefa e necessita contar com auxílio de conhecidos. Este tipo de trabalho estabelece vínculos sociais entre os integrantes do bairro.³⁴

A partir da realização dos mutirões, sobretudo para a implantação do Sistema Agroflorestal, ocorria um processo de integração entre os participantes dos diversos núcleos de atividade do projeto “Colhendo Sustentabilidade”, além da aproximação de diversos visitantes para participar desse tipo de atividade, muitos oriundos da área urbana de São Paulo para vivenciar um “dia na roça”.

Outra categoria identificada foi o desenvolvimento de habilidades, que ocorre por meio de estratégias de educação em saúde, programas de formação e atualização na direção do empoderamento ou conquista da autonomia. No plano individual, ocorre também um processo de aquisição de conhecimento e ampliação da consciência política propriamente dita.²⁷

Os depoimentos coletados demonstraram o desenvolvimento de habilidades na dimensão ambiental, sinalizando um novo olhar dos participantes sobre o meio ambiente, e um desejo coletivo de contribuir para a preservação da natureza. Incorporam as práticas sustentáveis utilizadas no projeto “Colhendo Sustentabilidade” também em suas residências e comunidades, além das novas práticas agrícolas, nas dimensões da Segurança Alimentar e Nutricional e da saúde sob diferentes ângulos, e da preocupação com a sociabilidade nos grupos, envolvendo a dimensão social.

Dei iniciativa no trabalho na horta comunitária, foi quando eu comecei a tomar uma iniciativa [consciência] sobre o meio ambiente [...] eu comecei a gostar da coisa, participar da agroecologia, o meio ambiente, a agrofloresta. (Agricultor urbano, 57 anos).

A dimensão da Segurança Alimentar e Nutricional, ainda que inconscientemente, se destacou em alguns depoimentos, sendo comparada à alimentação do passado e do presente e à influência do projeto “Colhendo Sustentabilidade” na alimentação dos participantes. Alguns citaram que dobraram seus conhecimentos, ampliando sua consciência sobre uma alimentação mais saudável.

A mudança de hábitos alimentares ocorreu gradativamente, com a ingestão de mais frutas e hortaliças, além da descoberta de novas, porém “antigas” espécies comestíveis, tais como: capiçoba, cariru, serralha, taioba ou, como atualmente são conhecidas, plantas alimentícias não convencionais. O consumo de plantas alimentícias não convencionais pode ser uma alternativa para melhor diversificação alimentar. Elas estão presentes em regiões onde ainda exercem influência da alimentação tradicional, mas ainda são desconhecidas de parte significativa da população.³⁵

Segundo os participantes, o fato de as pessoas levarem os alimentos colhidos para suas residências contribuiu para esta mudança e auxiliou na diminuição de gastos com a compra de alimentos, além da redução do consumo de alimentos industrializados.

Você fala “poxa, a obesidade que acontece hoje no nosso país”, antigamente a gente não via, a alimentação era uma alimentação mais saudável e eu aproveito, hoje em dia, somente consumir o que é orgânico, porque tudo bem, às vezes tem as pessoas que não tem essa facilidade de ter um sítio, uma coisa onde possa plantar e consumir, mas eu pratico hoje, consumir só o orgânico. (Agricultor urbano, 57 anos).

A utilização de alimentos colhidos pelos próprios indivíduos em atividades de agricultura urbana e periurbana pode ser considerada como uma estratégia positiva de educação alimentar e nutricional, auxiliando na mudança dos hábitos alimentares e possibilitando o interesse no consumo diverso de alimentos saudáveis.³⁶

Mudanças relacionadas ao consumo de alimentos e à questão econômica foram identificadas em relatos como da agricultora, ao se referir à mudança de hábitos alimentares por conta de sua autoprodução:

Ela falou que praticamente não compra verdura no supermercado porque ela tem uma hortinha dentro de casa e ela praticamente come só as verduras que ela colhe na hortinha dela, e além de tudo ela ainda doa [a produção não consumida] (Representante de um dos subgrupos sobre agricultura urbana, 71 anos).

A relação alimentação-saúde-meio ambiente foi identificada em diversos depoimentos como os transcritos a seguir:

A gente fica com vontade de comer aquilo que a gente planta porque vê a planta crescer, sabe que é um alimento e isso muda a vontade do que você quer comer, dá vontade de cuidar mais da saúde, de comer coisas mais saudáveis (Representante de um dos subgrupos sobre agricultura urbana, 68 anos).

As mudanças de hábitos alimentares ocorreram, por parte dos participantes, através de um “despertar” gradativo em relação a uma alimentação mais natural e balanceada, sendo introduzidas mais frutas e hortaliças em suas dietas alimentares, além da descoberta de plantas alimentícias não convencionais já mencionadas.

Como decorrência das mudanças nos hábitos alimentares, também ocorreram alterações nos tipos de alimentos adquiridos. As pessoas que levavam o alimento colhido nas hortas para suas residências deixavam de gastar nos supermercados. Muitos participantes também reduziram o consumo de alimentos industrializados. E havia aqueles que também realizavam, entre eles, trocas de receitas culinárias mais saudáveis:

[...] Então você começa a ver um monte de pessoas querendo saber, receber, sei lá, troca de receitas saudáveis, quer começar a fazer uma horta em suas casas, passa a visitar a banca para encontrar um alimento orgânico, então teve um aprendizado, acho que no município como um todo [...] (Técnica-educadora do projeto “Colhendo Sustentabilidade”, 40 anos).

Ainda que a educação em saúde não tenha sido explicitamente trabalhada como conteúdo temático, a equipe técnica trazia temas diretamente relacionados à saúde, com vistas às mudanças na forma de pensar e agir dos participantes.

Para Machado et al.,³⁷ a educação em saúde, por meio de diversos tipos de comunicação, confere às pessoas conhecimentos e aptidões, proporcionando escolhas em torno da saúde, despertando a consciência crítica, reconhecendo os fatores que influenciam a saúde e encorajando-as a fazer algo para mudar. Crítica e formadora, a educação em saúde contribui para a identificação de problemas de modo que as pessoas façam suas opções com vistas à melhoria de qualidade de vida e controle sobre o meio ambiente e sobre os fatores que interferem na própria saúde e da sociedade.³⁸

A relação dos participantes com a alimentação, tanto a variedade produzida e colhida para autoconsumo quanto às celebrações por meio de refeições coletivas, demonstrou o grau de importância da temática da Segurança Alimentar e Nutricional para todos os envolvidos no processo, sinalizando mais uma vez o fortalecimento da ação comunitária e o contínuo processo de desenvolvimento de habilidades - nesse caso, em relação à temática da alimentação.

Além do incentivo para uma prática alimentar mais saudável, tornaram-se comuns, entre os envolvidos, momentos de socialização e celebração envolvendo a alimentação, como refeições comunitárias, cafés da manhã e almoços, que ocorriam tanto nos espaços das hortas quanto na residência de algum dos participantes.

Carneiro et al.³⁹ argumentam que as pessoas que têm maior convívio social vivem mais e com melhor saúde do que aquelas com menor contato social. Os mesmos autores apontam que uma pessoa que tem uma conduta interpessoal efetiva é capaz de desenvolver redes sociais de apoio que operam como um dos fatores mais relevantes na recuperação e prevenção dos problemas de saúde como as de ordem mental, garantindo melhor qualidade de vida.

Neste sentido, os encontros interpessoais são fundamentais, pois é no encontro que o sujeito se depara e assimila o desejável e o indesejável vivenciados na interação social. Além disso, é por meio das relações interpessoais que o indivíduo faz uso, recria, perpetua um conjunto de signos e de símbolos que se presta a identificar não só esse pertencimento, mas também os papéis por ele desempenhados dentro desse grupo. Tudo isto está ligado à ação, à conduta individual e coletiva “uma vez que cria a relação de sentido”.³²

Considerações Finais

Concluimos que o uso de estratégias pedagógicas de acordo com uma perspectiva de educação popular e princípios de horizontalidade e dialógicos em práticas de agricultura urbana agroecológica possibilita a mescla de diferentes tipos de conhecimentos, saberes tradicionais, provenientes da comunidade e saberes científicos, trazidos pela equipe técnica multidisciplinar. Aos poucos, novos conhecimentos vão sendo produzidos, junto com a troca de experiências sob os diversos aspectos da alimentação, contribuindo para a promoção de um resgate cultural na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde.

Com relação aos aspectos metodológicos, a aplicação da sistematização de experiências, apoiada nos processos de educação popular, pode ser considerada uma estratégia que, de forma efetiva, permitiu a identificação dos princípios e campos de ação da Promoção da Saúde.

A implantação de hortas comunitárias ou atividades afins junto com a comunidade proporcionou abertura de novos caminhos com foco na saúde, alimentação e meio ambiente. Os envolvidos se reconheceram como parte deste meio, integrando-se socialmente, elevando a autoestima, tornando-se protagonistas sociais, vivenciando uma participação cidadã e desenvolvendo habilidades pessoais e coletivas. Reconheceram e valorizaram um saber alimentar do passado que, muitas vezes, estava guardado ou esquecido com o passar dos tempos. Além disso, fortaleceram da Segurança Alimentar e Nutricional, ao promover mudanças de hábitos alimentares, acessando uma alimentação diversificada e sustentável, realizando trocas de receitas saudáveis e descobrindo novas espécies comestíveis, como as plantas alimentícias não convencionais.

Por fim, ao reconhecer o valor da agricultura urbana agroecológica enquanto atividade promotora de saúde, sugere-se a necessidade de promover o crescimento de iniciativas como a do projeto “Colhendo Sustentabilidade” nos municípios. Assim, estaria sendo expandida a possibilidade de mais pessoas participarem de atividade de agricultura urbana e periurbana e agroecologia. Assim, estaria sendo expandida a possibilidade de mais pessoas participarem de atividade de agricultura urbana e periurbana e agroecologia, contribuindo para o resgate cultural de práticas saudáveis e sustentáveis, através da interface com a Promoção da Saúde e com a Segurança Alimentar e Nutricional.

Colaboradores

Ribeiro SM participou do desenho do estudo, da concepção, análise e interpretação dos dados, da redação do artigo e da sua versão final; Franco JV da análise e interpretação dos dados e da redação do artigo; Garcia MT da concepção dos dados e redação do artigo; Bógus CM do desenho

do estudo, da concepção, da redação e revisão final do artigo; Watanabe HAW do desenho do estudo, da concepção, análise e interpretação dos dados, da redação e revisão final do artigo.

Conflito de interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Referências

1. Consea Nacional. GT. Alimentação Adequada e Saudável. Relatório Final [Internet]. mar. 2007. [acesso em: 28 set. 2017]. Disponível em: <http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/plenarias/documentos/2007/relatorio-final-marco-2007-02.2007/@@download/file/documento-final-alimentacao-adequada-e-saudavel.pdf>
2. Levy-Costa RB, Sichieri R, Monteiro CA. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). *Rev Saúde Pública* 2005; 39(4):530-540.
3. Monteiro CA, Cannon G. The impact of transnational “Big Food” companies on the south: a view from Brazil. *Plos Med.* 2012; 9(7):e1001252.
4. Levy RB, Claro RM, Mondini L, Sichieri R, Monteiro CA. Regional and socioeconomic distribution of household food availability in Brazil, in 2008-2009. *Rev Saúde Pública* 2012; 46(1):1-9.
5. MalufRS, Reis MC. Segurança alimentar e nutricional na perspectiva sistêmica. In: Rocha C, Burlandy L, Magalhães R. Segurança alimentar e nutricional: perspectivas, aprendizados e desafios para as políticas públicas. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2013.
6. World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Geneva: WHO; 2003. WHO Technical Report Series, 916.
7. Brasil. Presidência da República. Emenda Constitucional nº 64, de 4 de fevereiro de 2010. Altera o art. 6º da Constituição Federal, para introduzir a alimentação como direito social. *Diário Oficial da União* 4 fev. 2010.
8. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.
9. Marques EP, Pereira IMTB. Saúde e meio ambiente no cotidiano do ensino público fundamental: o que pensam os professores. In: Pelicioni MCF, Mialhe FL. Educação e Promoção da Saúde: teoria e prática. São Paulo: Santos; 2012.
10. Santos LAS. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. *Rev Nutr.* 2005; 18(5):681-692.
11. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional; 2012.
12. Telles L. A agricultura urbana agroecológica: tecendo a história da ação da rede em Belo Horizonte (MG). In: Theodoro SH, Duarte LG, Viana JN, organizadores. Agroecologia: um novo caminho para extensão rural sustentável. Rio de Janeiro: Garamond; 2009.

13. Brasil. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Avanços e desafios na implementação do direito humano à alimentação adequada. Brasília: Consea; 2009.
14. Aquino AM, Monteiro D. Agricultura urbana. In: Aquino AM, Assis RL. Agroecologia: princípios e técnicas para uma agricultura orgânica sustentável. Brasília: Embrapa; 2005. p. 185-198.
15. Machado AT, Machado CTT. Agricultura urbana. Planaltina, DF: Embrapa; 2002.
16. Costa HSM, Almeida DAO. Agricultura urbana: possibilidades de uma práxis espacial? Cadernos de Estudos Culturais 2012; 4(8):1-21.
17. Braga V. Cultura Alimentar: contribuições da antropologia da alimentação. Saúde Rev. 2004; 6(13):37-44.
18. Jackson E. Connecting people to the source of their food changing the way we think about food to improve health. N C Med J. 2015; 76(1):54-56.
19. Embu das Artes. Prefeitura. População [Internet]. 2017. [acesso em: 02 fev. 2017]. Disponível em: <http://cidadeembudasartes.sp.gov.br/embu/portal/pagina/ver/205>
20. Embu das Artes. Prefeitura. Atlas Socioambiental de Embu. Embu das Artes; 2008. 96 p.
21. Jara-Holliday O. Para sistematizar experiências. Brasília: Ministério do Meio Ambiente; 2006.
22. Jara-Holliday O. A sistematização de experiências: prática e teoria para outros mundos possíveis. Brasília: Contag; 2012.
23. Moyses SJ, Moyses ST. Promoção da saúde em contextos locais. In: Pelicioni MCF, Mialhe FL. Educação e promoção da saúde: teoria e prática. São Paulo: Santos; 2012.
24. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 11. ed. São Paulo: Hucitec; 2008.
25. Figueiredo DA. História da educação popular: uma leitura crítica. In: Assumpção R. organizador. Educação popular na perspectiva Freiriana. São Paulo: Editora e Livraria Instituto Paulo Freire; 2009.
26. Pedrosa JIS, Bonetti OP. Educação popular em saúde como política pública: limites e possibilidades. In: Pelicioni MCF, Mialhe FL. Educação e promoção da saúde: teoria e prática. São Paulo: Santos; 2012. p. 347-365.
27. Buss PM. Uma introdução ao conceito de saúde. In: Czeresnia D, Freitas CM, organizadores. Promoção da saúde: conceitos, reflexões e tendências. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2003. p.15-38.
28. Westphal MF. Promoção da saúde e prevenção de doenças. In: Campos GW, et al. Tratado de saúde coletiva. São Paulo: Hucitec; Rio de Janeiro: Fiocruz; 2006. p. 635-667.
29. Wendhausen ALP, Barbosa TM, Borba MC. Empoderamento e recursos para a participação em Conselhos Gestores. Saúde e Sociedade 2006; 15(3):131-144.
30. Cavalcante BC. Agroecologia e agricultura urbana: contribuições e desafios a partir do estudo do projeto Colhendo Sustentabilidade em Embu das Artes [Trabalho de Conclusão de Curso]. São Paulo. Universidade de São Paulo, Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas; 2011.
31. Demo P. Participação é conquista: noções de política social participativa. São Paulo: Cortez; 1993.

32. Guazelli ME, Pereira IMTB. Considerações teóricas e uma aproximação às estratégias metodológicas em educação em saúde com base na promoção. In: Pelicioni MCF, Mialhe FL. Educação e promoção da saúde: teoria e prática. São Paulo: Santos; 2012. p. 99-113.
33. Bógus CM, Westphal MF. Participação social e cidadania em movimentos por cidades saudáveis. In: Fernandes JCA, Mendes R. Promoção da Saúde e gestão local. São Paulo. Aderaldo & Rothschild: Cepedoc; 2007.
34. Jackson LC. A tradição esquecida. Estudo sobre a sociologia de Antonio Candido. Revista Brasileira de Ciências Sociais 2001; 16(47):127-140.
35. Kinupp VF; Barros IBID. Riqueza de plantas alimentícias não-convencionais na região metropolitana de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. Revista Brasileira de Biociências 2007; 5(1):63-65.
36. Costa CGA, Garcia MT, Ribeiro SM, Salandini MFS, Bógus CM. Hortas comunitárias como atividade promotora de saúde: uma experiência em Unidades Básicas de Saúde. Ciênc Saúde Coletiva 2015; 20(10):3099-3110.
37. Machado MFAS, Vieira NFC, Silva RM. Compreensão das mudanças comportamentais do usuário no Programa Saúde da Família por meio da participação habilitadora. Ciênc Saúde Coletiva 2010; 15(4):2133-2143.
38. Pelicioni MCF, Pelicioni AF, Toledo RF. A educação e a comunicação para a promoção da saúde. In: Rocha AA, Cesar CLG. Saúde pública: bases conceituais. São Paulo: Atheneu; 2008.
39. Carneiro RS, Falcone E, Clark C, Prette ZD, Prette AD. Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com habilidades sociais. Rev Psicologia: Reflexão e Crítica 2007; 20(2):229-237.

Recebido: 10/05/2017

Revisado: 26/09/2017

Aceito: 08/10/2017

