

AÇÃO SAUDÁVEL – HORTA SUSTENTÁVEL E ACESSÍVEL (APOIO UNIP)

Aluna: Cíntia Aparecida Eufrauzino

Orientadora: Profa. Dra. Paula Martins da Silva

Curso: Nutrição

Campus: Bauru

A educação alimentar começa desde o nascimento, passando por todo o processo de aprendizado e escolha por parte da criança; nessa etapa, é fundamental que a família tenha bons costumes alimentares para que essas influências sejam de qualidade. O trabalho justifica-se pelo país se encontrar em um período de transição alimentar e nutricional caracterizada por mudanças no padrão alimentar e de prática de atividade física com consequências diretas no estado nutricional da população. O objetivo desta pesquisa foi conscientizar alunos da rede pública de ensino sobre a importância de uma alimentação de qualidade nutricional balanceada e da viabilidade na produção por meio de hortas sustentáveis durante a prática da Agricultura Familiar. A metodologia utilizada foi bibliográfica e a pesquisa de campo em uma escola de rede pública. Para a realização do projeto, as salas foram divididas por ano de ensino, realizou-se o preparo dos recipientes recicláveis e iniciou-se a montagem da horta, depositando a terra nos recipientes e, posteriormente, as sementes de hortaliças. Nos resultados houve a sensibilização dos alunos sobre a importância do consumo de alimentos ricos nutricionalmente sem aditivos químicos agrotóxicos e a reutilização de material reciclável na confecção da horta. Percebeu-se a motivação e a integração dos alunos em participar do projeto, além de ter promovido a conscientização da necessidade de conservação dos recursos naturais.