

HORTAS VERTICAIS COM GARRAFAS PET, SOCIABILIDADES E QUALIDADE DE VIDA EM UM AMBIENTE DE IDOSOS

Flávia A. Pereira¹
Valdênia S. Porto²
Reginaldo S. Santos³
Englesson J. M. A. M. Assis⁴
José Gabriel R. Lima⁵

^{1,2,3,4,5} Devry João Pessoa, João Pessoa – PB - Brasil, flavialves00@gmail.com

Introdução

A produção de hortas traz diversos benefícios para os atores sociais envolvidos, quais sejam: a promoção da integração entre os indivíduos, o senso de responsabilidade, a satisfação de se sentir útil após muito tempo sem realizar alguma atividade, tendo em vista o fato de que esta pode ser a realidade de muitos idosos. Além disso, o resultado da produção são alimentos livres de agrotóxicos, cultivados com cuidado, amor e carinho pelos próprios idosos. “Os benefícios advindos de ações de incentivo ao consumo de hortaliças, abrangem desde a redução de despesas com saúde, à ampliação da produção com reflexos positivos sobre todos os elos da cadeia produtiva.

Experiências têm demonstrado que projetos participativos de segurança alimentar e nutricional, tendem a ser mais efetivos e sustentáveis quando o público alvo participa plenamente de todas as atividades desenvolvidas, aumentando-se o consumo e conhecimento da população sobre os benefícios advindos das hortaliças (GALLO et al., 2004). Além disso, o aspecto educativo de uma horta comunitária não se prende somente ao fato de que a mesma possibilita o consumo de hortaliças frescas e ricas em vitaminas e sais minerais. Ela também pode ser utilizada para ministrar aulas a jovens e crianças, podendo despertar seu interesse para os vários aspectos da biologia da planta (AMORIM, 1987). No que tange à questão do idoso, do cuidado e as mudanças que tem ocorrido nos últimos anos, Affedt (2013) afirmou que o envelhecimento populacional significa o crescimento elevado da população idosa em relação aos demais grupos etários. É um fenômeno que traz importantes repercussões nos campos social, econômico e cultural.

O crescimento da população idosa é cada vez mais evidente, no qual o sexo feminino está se sobressaindo sobre o sexo masculino. Deste modo, está se evidenciando no envelhecimento a ocorrência da “feminização da velhice”. O envelhecimento é um processo comum a todos os seres vivos, onde ocorre uma série de transformações de ordem biológica, social, cultural e econômica. Mas não existe um só envelhecer, e sim vários processos de envelhecimento, e que tem diferenças de gênero, de etnia, de nível social e de cultura. A questão da velhice, do envelhecimento como objeto de preocupação e de estudo passou tanto por interesse pessoal quanto pela relevância social do tema. Sabe-se que a velhice e o envelhecimento apresentam-se de forma diferente para cada indivíduo. Envelhece-se como se vive durante os anos do tempo de vida da pessoa, pois a experiência de cada um é vivenciada e elaborada ao longo dos anos.

Com o envelhecimento, abre-se uma complexa discussão com relação ao melhor local para o idoso morar. Em sua casa? Ou em uma instituição asilar? Para muitos idosos que estão só ou que necessitam de um local para morar o asilo apresenta-se como o local mais apropriado para o acolhimento e proteção. O cuidado com os idosos tem deixado de ser domínio exclusivo da esfera familiar e tem sido transferido para as organizações alheias a ela, como é o caso de as instituições asilares.

Desta forma, os objetivos deste trabalho são basicamente, implantar hortas agroecológicas na ASPA, estimulando o hábito de consumo de alimentos saudáveis; promover a sociabilidade entre os idosos, o trabalho em equipe, a cooperação e, conseqüentemente elevar os níveis de qualidade de vida; além disso, pretende-se estimular o protagonismo naqueles atores.

Material e Métodos

O asilo selecionado para realização da pesquisa foi a Associação Promocional do Ancião D. Licota Carneiro da Cunha Maroja (ASPA), em Santa Rita, Paraíba, por apresentar um ótimo espaço físico para implementação de hortas.

Inicialmente foi estabelecido o contato entre os alunos voluntários e a instituição e verificou-se que o quadro social é constituído de pessoas de ambos os sexos, tendo como finalidade principal dar assistência aos idosos. Nesse primeiro contato, averiguou-se que a instituição dá assistência a 100 idosos, sendo que foram selecionados 25 idosos para participar da pesquisa por apresentar condições físicas e psicológicas adequadas para implementação da horta.

Após selecionar os 25 (vinte e cinco) idosos foi aplicado um questionário estruturado para analisar seus sentimentos pessoais antes da implementação da horta, assim como suas condições físicas e interesse na atividade a ser adicionada.

Nosso plano de trabalho tem suas bases voltadas para a manutenção de programas de apoio ao idoso, propiciando-lhes integração, como também, um espaço onde possa haver uma convivência salutar, oferecendo aos idosos momentos de lazer e uma condição digna para uma vida mais saudável a ASPA Santa Rita/PB.

Com a realização do estudo do perfil dos idosos selecionados, para implantação da horta foi realizado uma oficina para a aplicação de um questionário e a plantação da horta nas garrafas PET (Figura 1), para depois serem fixadas a parede com condições ambientais adequadas como: melhor local dentro da associação para plantar, por conta da incidência de luz e sol, chuva, lugar que favoreça a locomoção dos idosos entre outras questões (Figura 2), da horta (Figura 3).



Figura 1. Pets preparadas para os idosos plantarem as sementes.



Figura 2. Área do asilo para colocar a horta vertical de PET.



Figura 3. Idoso acompanhando o desenvolvimento das sementes.

Resultados e Discussão

Os resultados da análise do perfil de idosos presentes na ASPA, foi dividido em três etapas: análise de seus sentimentos pessoais, condições físicas e implementação da horta na instituição.

- Sentimentos pessoais dos idosos:

A Figura 4, apresentam os resultados referentes a qualidade de vida dos idosos, em que no questionário perguntava-se como estava a sua qualidade de vida nos dias atuais.

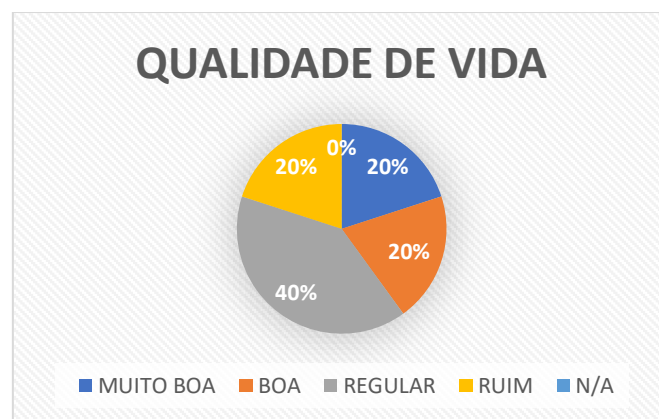


Figura 4. Qualidade de vida dos idosos.

Os resultados mostram que 40% dos idosos afirmam ter uma qualidade de vida regular e 20% dizem ter uma qualidade muito boa, onde historicamente falando isso se dar pela institucionalização dos mesmos na medida em que esta população vem envelhecendo e muitos são enviados para estas instituições por apresentarem condições de miséria e abandono, e em segundo lugar, por problemas mentais e físicos segundo Freitas e Scheicher (2010).

Com isso a horta agroecológica pode provocar mudanças de valores e atitudes, criando nos asilos um espaço de formação e informação, propiciando a sociabilidade dos internos e a aprendizagem de novas técnicas ao favorecer a inserção dos idosos no dia a dia das questões sociais, fazendo com que os mesmos sejam capazes de intervir na realidade local, de modo a contribuir na reformulação de pensamentos dos atores envolvidos (FREIRE, 2008).

Na Figura 5, estão os resultados referentes aos sentimentos negativos que os idosos sentem em seu dia-dia.

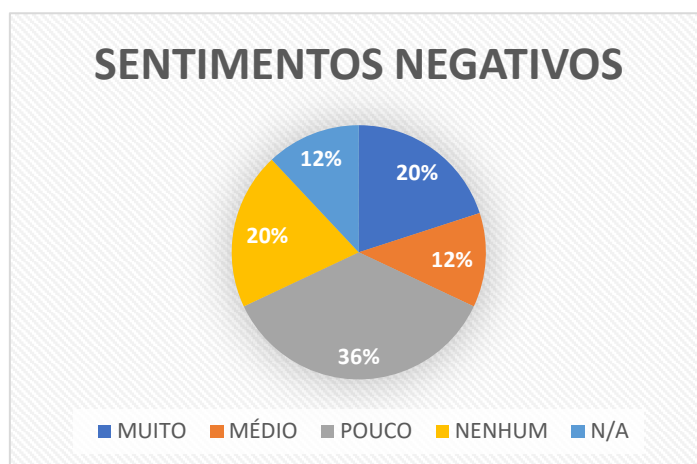


Figura 5. Sentimentos negativos.

Observa-se na Figura 2 que 20% dos entrevistados dizem ter sentimentos negativos, onde se julga ser fruto de problemas pessoais. As consequências e os impactos sofridos por esta população são advindos das transições demográfica e epidemiológica e a partir desta realidade surge à preocupação com esta população acerca do seu bem-estar (FREITAS & SCHEICHER, 2010).

- **Condições Físicas:**

Foi questionado aos idosos da ASPA, sobre o que eles acham de suas condições físicas. Foi perguntado sobre seu estado de locomoção (Figura 6), dor física (Figura 7) e energia no seu dia a dia, que para participarem da horta é necessário que tenham condições de se locomover.

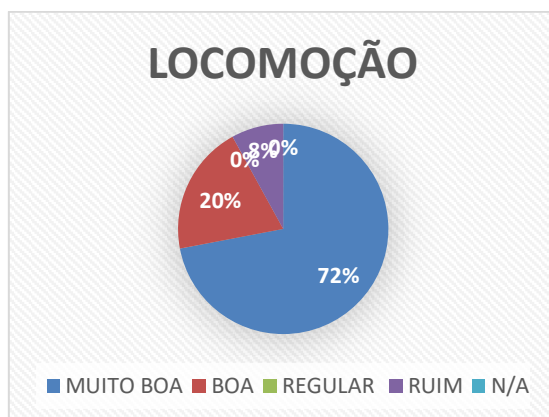


Figura 6. Locomoção dos idosos.

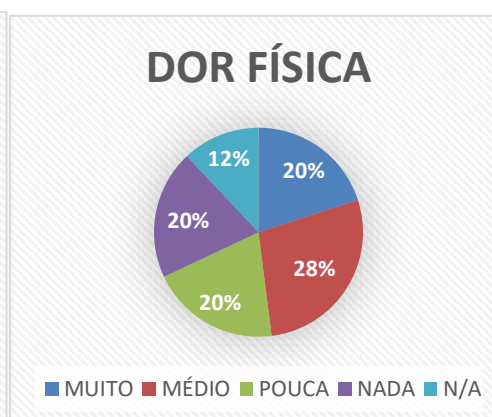


Figura 7. Dor física.



Figura 8. Energia no seu dia a dia.

Em relação aos resultados sobre seu estado de locomoção (Figura 3) observou-se que 72% dos idosos têm uma locomoção muito boa e apenas 12% afirmam não sentir dores físicas (Figura 7). Com isso, 32% dos entrevistados possui uma energia muito boa no seu dia a dia para desempenho de

atividades (Figura 8). Vale ressaltar a importância da energia da população para a capacidade de realização das atividades básicas da horta implantada.

- Implementação da horta na instituição

Para que a horta fosse implantada na instituição, era de suma importância o conhecimento a respeito da opinião dos idosos sobre a atividade implantada na instituição.

Primeiramente foi questionado aos idosos se eles gostavam de trabalhar com plantas (Figura 9).

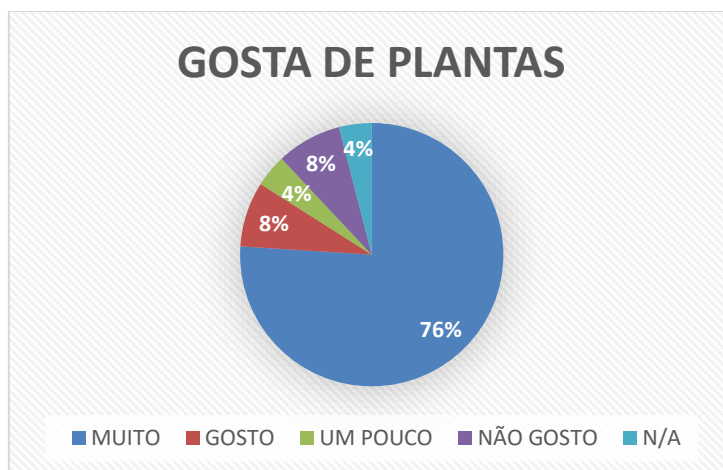


Figura 9. Existe satisfação em trabalhar com plantas?

Nesta perspectiva (Figura 6), 76% dos entrevistados dizem gostar de plantas o que representa que os mesmos possuem direta e indiretamente algum contato com este tipo cultura. Samedo e Barbosa (2007), afirma que, a grande diversidade de espécies vegetais, medicinais, alimentares e ornamentais, cultivadas nos quintais e áreas afins pode contribuir para a complementação da dieta dos envolvidos, mesmo quando o cultivo é em pequena escala.

Depois foi perguntado se a implementação de uma horta na ASPA traria algum benefício para sua vida (Figura 10).

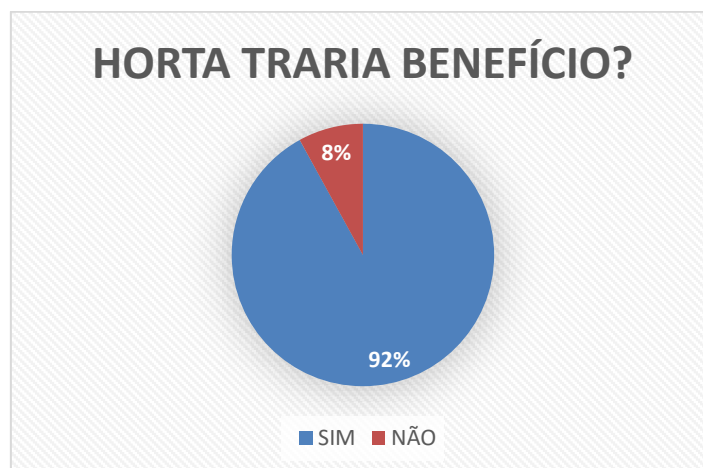


Figura 10. A implementação da horta traria benefícios aos idosos da ASPA?

De acordo com a Figura 10, foi verificado que para 92% dos entrevistados afirmam que a horta traria benefícios. Segundo Di Nardo e Cataneo (2008), com a implantação de uma horta em asilos todos ganha, desde os produtos que terão maior qualidade por serem naturais além dos próprios internos e os demais colaboradores deste mesmo local através da promoção do manejo, socialização e interação dos mesmos. Vale lembrar que 20% desses entrevistados dizem ter uma qualidade de vida ruim (Figura 1). A criação de hortaliças de maneira orgânica tem grande importância para a segurança alimentar e nutricional dos sujeitos envolvidos (SAMEDO & BARBOSA, 2007).

Todos esses aspectos tornam os projetos de hortas sustentáveis nos aspectos econômicos, sociais, culturais e ambientais. De acordo com Santos et al. (2014) apud Fiorotti et al. (2011), atividades dessa natureza com idosos possibilitam o contato direto destes com a terra, haja vista que eles preparam o

solo, conhecem e associam os ciclos das hortaliças desde semear até colher, além do que despertaram o senso de responsabilidade, a divisão comunitária das tarefas, respeito ao próximo e à natureza.

Com isso, foi avaliado o interesse dos idosos em fazer parte da implementação da horta no asilo (Figura 11).

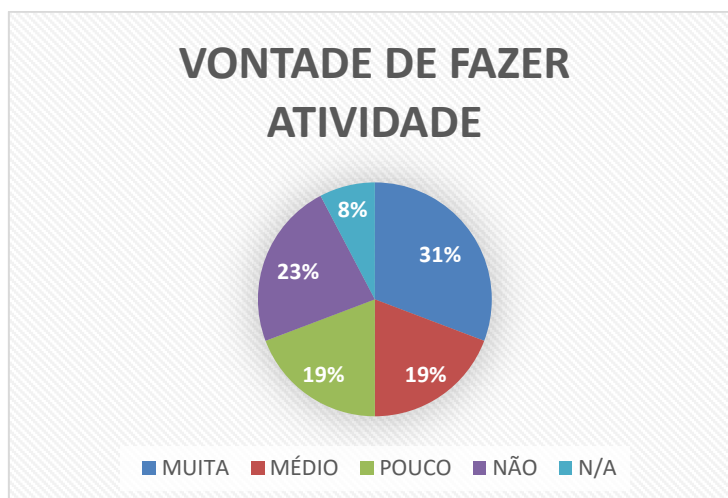


Figura 11. Interesse em participar da implementação da horta.

Com base nesta premissa, chama-se a atenção para 31% dos entrevistados que responderam ter muito interesse em desenvolver esta atividade, porém de forma externa e que 42% tem pouco interesse para o desenvolvimento da mesma de forma interna. Ressalta-se que para o elevado percentual, haja algum impasse ou alguma restrição (regra) interna para a promoção e realização da mesma. Mazuim (2015), em estudo em idosos lúcidos, constatou que, antes de serem institucionalizados, tanto os homens quanto as mulheres desenvolviam atividades básicas, o que garantia a manutenção da autonomia e independência; após a institucionalização, em virtude da escassa atividade sugerida, muitos perdiam a capacidade funcional.

Conclusão

A partir do que se tem visto em campo, percebe-se que um projeto como este pode transformar a realidade daquele grupo de idosos, conferindo mais qualidade de vida e levando mais benefícios sociais e de saúde como eles mesmo argumentaram além da questão ambiental com a reutilização de garrafas PET.

O desenvolvimento de alimentos tem papel importante muitas vezes para a atividade agrícola familiar, contribuindo para o seu fortalecimento e garantindo sua alimentação. Uma das culturas escolhidas são as hortaliças verticais com a reutilização de garrafas PET que se apresentaram como uma boa alternativa, considerando que ocupa uma pequena área do ambiente, além de facilitar a interação dos idosos que tem dificuldades de andar e abaixar.

Os obstáculos são inúmeros, a começar pelos recursos, pois até então os próprios alunos têm custeado o que foi feito, mas a satisfação e o prazer de ver sorrisos, ganhar um abraço, de ouvi-los e fazer com que eles lembrem que são importantes faz com que, aos poucos, todas estas questões sejam superadas. Porém, é preciso engajamento, disposição e muita coragem para promover sustentabilidade, qualidade de vida e estimular sociabilidade em tempos tão complexos.

Referências

- AFFELDT, M. A. F. O asilo enquanto espaço e lugar: a institucionalização da velhice em Santa Maria-RS. (Dissertação). Universidade de Santa Maria Santa Maria, 2013.
- AMORIM, U. A. A. Programa de hortas domésticas e comunitárias. Ministério de Agricultura Pecuária e Abastecimento – MAPA, 28p. 1987.
- FIOROTTI, J. L.; CARVALHO, E. S. S.; PIMENTEL, A. F.; SILVA, K. R. Horta: a importância no desenvolvimento escolar. Anais...XIV Encontro Latino-Americano de Iniciação Científica. Universidade Vale do Paraíba, 2011. 7p.
- FREITAS, M. A. V.; SCHEICHER, M. E. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol, v.13, n.3, p.395-401. 2010.

- GALLO, Z.; SPAVOREK, R. B. M.; MARTINS, F. P. L. Das hortas domésticas para a horta comunitária: Um estudo de caso no Bairro Jardim Orienta em Piracicaba, SP. In: II Congresso Brasileiro de Extensão Universitária. Anais... Belo Horizonte, 2004, 4p.
- MAZUIM C. H. R. Idoso institucionalizado: suporte, abrigo ou segregação? Canoas: Ulbra; 2015.
- SANTOS, O. S. A sustentabilidade através da horta escolar: um estudo de caso. (Dissertação). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2014.
- SEMEDO, R. J. C. G.; BARBOSA, R. I. Árvores frutíferas nos quintais urbanos de Boa Vista, Roraima, Amazônia Brasileira. *Acta Amazônica*, v.37, p.561-568. 2007.