HÁBITOS ALIMENTARES, EDUCAÇÃO ALIMENTAR E AMBIENTAL EM UM CENTRO DE REFERÊNCIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DO SUL DO ESTADO DE MATO GROSSO

Lucas Silva Peixoto[1]
Samanta Silva Souza[2]
Márcio Alessandro Neman do Nascimento[3]
Jefferson Adriã Reis[4]
Cíntia Rosa Sampaio[5]
Maria de Fátima de Oliveira[6]

Resumo: Este trabalho é um desdobramento de um projeto de extensão intitulado Formação Básica em Fitoterapia, Aromaterapia e Alimentação Saudável na Atenção Primária à Saúde. Foram realizadas oficinas em um Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), localizado em um município no sul de Mato Grosso, e o público que participou dessas ações foi formado por adultos e idosos. Devido a hábitos alimentares pouco saudáveis e aos malefícios que estes acarretam à saúde, a produção de hortas em pequenos espaços foi adotada como estratégia dos profissionais para trabalhar as temáticas de educação em saúde, educação ambiental e agroecologia com as comunidades. A metodologia da pesquisa foi qualitativa, utilizando a pesquisa-ação. Para a análise dos dados obtidos, utilizaram-se procedimentos e ferramentas, a saber: reuniões, formulários, entrevistas, observações participativas, planejamento e elaboração de oficinas. Assim, por meio das oficinas foi possível produzir conhecimentos e promover o fortalecimento das práticas de agroecologia, sustentabilidade e alcançar questões da saúde e promoção de hábitos saudáveis entre os participantes.

Palavras-chave: Educação ambiental, Educação em saúde, Sustentabilidade.

Abstrat: This work is an extension of an extension project entitled Basic Training in Phytotherapy, Aromatherapy and Healthy Eating in Primary Health Care. Workshops were carried out at a Reference Center for Social Assistance (CRAS), located in a municipality in the south of Mato Grosso and the public that participated in these actions was formed by adults and the elderly. Due to unhealthy eating habits and the harmful effects they cause to health, the production of vegetable gardens in small spaces was adopted as a strategy for professionals to work on the themes of health education, environmental education and agroecology with communities. The methodology of the research was qualitative, using action research. For the analysis of the data obtained, procedures and tools were used, namely, meetings, forms, interviews, participatory observations, planning and preparation of workshops. Thus, through the workshops, it was possible to produce knowledge,

[1] Farmacêutico do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família da Universidade Federal de Mato Grosso/Campus Rondonópolis. E-mail: lucaspeixotofarmacia@gmail.com.
[2] Psicóloga do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família da Universidade Federal de Mato Grosso/Campus Rondonópolis. E-mail: samanta.souza80@yahoo.com.br.
[3]Doutor Psicologia & Sociedade, professor adjunto do Curso de Psicologia e tutor em Psicologia do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família da Universidade Federal de Mato Grosso/Campus Rondonópolis. E-mail: marcioneman@gmail.com.
[4] Formado em Letras e Graduando em Psicologia pela Universidade Federal de Mato Grosso/Campus Rondonópolis. E-mail: jeffersonariareis@gmail.com.
[5] Farmacêutica do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família da Universidade Federal de Mato Grosso/Campus Rondonópolis. E-mail: cintia_sampaio25@hotmail.com.
[6]Educadora no Centro de Referência de Assistência Social de Rondonópolis/MT. E-mail: araujomf44@gmail.com.

promote the strengthening of agroecology practices, sustainability, achieve health issues, and promote healthy habits among participants.

Key words: Environmental education, Health education, Sustainability.

INTRODUÇÃO

As escolhas alimentares têm assumido especificidades que se afinam com as mudanças culturais. Vivemos na era da rapidez e do imediatismo. Hoje, devido à facilidade de acesso aos alimentos ultraprocessados, às redes de *fast food* e aos *delivery,* as pessoas não estão se alimentando de forma correta. Com isso, os profissionais de saúde orientam os usuários a práticas de hábitos alimentares saudáveis e estimulam a produção de hortas em pequenos espaços nos quintais.

As implicações de hortas urbanas são notáveis, entre elas o ganho em qualidade de vida, as relações de socialização, a inclusão social, saúde mental, autonomia, empoderamento, geração de renda, segurança alimentar, interação entre a comunidade e os dispositivos sociais, fortalecimento de vínculo entre os profissionais de saúde e a comunidade, sustentabilidade, educação ambiental, promoção e prevenção da saúde, entres outras formas (BIANCO & ROSA 2002; TEIG et al., 2009; SOMMERFELD et al., 2010; GRABBE et al., 2013; KOCK & LEITE, 2014; SHIUE, 2015; RIBEIRO et al., 2015; COSTA et al., 2015; NOGUEIRA et al., 2017).

Os trabalhos com hortas produzem alimentos com baixo custo e sem a necessidade de aplicação de defensivos químicos, além de possibilitar a obtenção desses alimentos em um espaço curto de tempo. Esses trabalhos também levam ao aprimoramento do conhecimento sobre saúde, ambiente e forma de produção de hortaliças, legumes, condimentos e plantas medicinais. Sousa (2014) enfatiza uma forma sustentável de produção de diversas culturas sem a utilização de agrotóxicos, com o uso racional dos recursos naturais e com respeito à biodiversidade. Por meio de oficinas que ressaltem a promoção e a prevenção da saúde, é possível desenvolver nas pessoas maior controle sobre sua própria qualidade de vida e seus hábitos alimentares (IRALA et al., 2001; BIANCO & ROSA 2002).

*A adoção de hábitos e de alimentação saudável por parte do indivíduo, das famílias e da comunidade significa a conquista de um bem, de um direito e de um recurso aplicável à vida cotidiana (IRALA, et al., 2001). N*esse contexto, Freire (2008) argumenta que a horta pode garantir mudanças de valores por meio de estímulos mediados pela diversidade encontrada na confecção da horta e da relação de interação do educador com os educandos. Por meio dessa interação, os educandos podem aprender a intervir na realidade local da comunidade, com o mecanismo de multiplicação

do saber, preservação ambiental e os princípios da agroecologia, que possibilitam um pensamento crítico à comunidade quanto a sua realidade local.

Por intermédio de oficinas, as práticas de educação em saúde "Educação Alimentar e Nutricional" começam a assumir um novo papel no cenário das atuais Políticas Públicas de Segurança Alimentar e Nutricional (PSAN). Isso é importante porque, apesar da crescente ampliação das reflexões teóricas e metodológicas da educação em saúde, ainda é comum a utilização de métodos e estratégias pautadas em modelos teóricos tradicionais (GAZZINELLI, 2005; MAGALHÃES, 2012).

No âmbito do desenvolvimento social e promoção de saúde, as ações podem ser desenvolvidas diretamente por parcerias entres instituições, visando à implantação de propostas locais, como centros de referência de assistência social (CRAS), estratégias saúde da família, universidades e outras instituições.

O objetivo deste trabalho foi oportunizar conhecimentos pertinentes à educação em saúde, à preservação ambiental e à agroecologia a adultos e idosos. Para além disso, o trabalho também objetivou estimular boas práticas, assim como a valorização do espaço destinado à horta e a formação de indivíduos mais críticos e sensíveis, tendo como base uma perspectiva de formação profissional inicial e continuada no contexto de interdisciplinaridade. Ainda, despertar o interesse da comunidade a demonstrar suas aptidões para o cultivo de plantas alimentícias ou medicinais e manutenção da horta em seus quintais e no território de sua comunidade.

METODOLOGIA DE PESQUISA

O estudo foi realizado em CRAS localizado em um município de porte médio da região Sul de Mato Grosso, e é um desdobramento do projeto de extensão Formação Básica em Fitoterapia, Aromaterapia e Alimentação Saudável na Atenção Primária à Saúde. A presente atividade de extensão foi desenvolvida com um grupo de convivência no CRAS por dois farmacêuticos e uma psicóloga, integrantes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família (Premsaf), sob a orientação de um professor da universidade e uma técnica do CRAS.

As atividades, baseadas em uma metodologia participativa e em tecnologias educacionais, foram realizadas por meio de diálogos, como rodas de conversa. Praticou-se uma base teórica para o desenvolvimento das atividades que visavam sensibilizar os participantes e prepará-los para as temáticas. Como a proposta foi de trabalhar oficinas de manejo das técnicas agroecológicas, higienização, manipulação de alimentos, segurança alimentar e educação ambiental, optou-se pela análise qualitativa. A técnica e as ferramentas trataram do planejamento e elaboração das oficinas,

reunião, formulários, entrevistas e observação participativa, construção da horta. Para isso, a equipe do projeto promoveu reuniões semanais às quartas-feiras, das 7h30min às 9h30min, na instituição do CRAS, com os membros do projeto de extensão, entre os meses de junho e dezembro de 2017. O cronograma foi acordado previamente entre as partes.

Em se tratando da análise qualitativa, foi utilizado um conjunto de diferentes técnicas interpretativas para a descrição e interpretação da fala dos informantes, componentes de um sistema complexo de significados (NEVES, 1996, CASTRO, 2011). O método de pesquisa utilizado foi o qualitativo, com as seguintes ferramentas: diário de campo, relatórios semanais, fotografias, identificação, oficinas práticas que subsidiaram a produção e reconhecimento do espaço trabalhado, visando à implantação de uma horta piloto, implantação de mudas de algodão, produção de compostagem, capacitações e implementação de manipulação de alimentos, preparo de geleias e sais de ervas utilizando os produtos orgânicos e acompanhamento da saúde integral dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As oficinas se pautaram em práticas de base agroecológica para construção de hortas, visando à produção de alimentos orgânicos, conforme mostra a Figura 1. Um aspecto em que os participantes relataram ter dificuldades foi quanto ao plantio de hortaliças e plantas medicinais em pequenos espaços. Notou-se que o conhecimento daqueles adultos e idosos, adquirido principalmente como herança cultural intergeracional, precisava de um suporte técnico e orientação para que eles pudessem ampliar seus conhecimentos práticos e dar significado a esse saber, que, por vezes, era desvalorizado.

Diegues & Arruda (2001) ressaltam que o conhecimento tradicional pode ser pensado como conjuntos de saberes e saber-fazer a respeito do mundo natural e sobrenatural, transmitidos oralmente, de geração em geração. Esses apontamentos são importantes para discutir as biodiversidades pouco exploradas pela ciência. Esse tipo de informação, por ser considerado inferior, pode ser desvalorizado, omitido ou negligenciado e até mesmo esquecido (CASTELLS, 1999; DIEGUES, 2008).

Figura 1. Roda de conversa sobre a construção da horta para produção de alimentos orgânicos.



Fonte: Autoria própria. Ano: 2017.

A maioria dos participantes relatou morar em residências que oferecem espaços que não são aproveitados. É muito importante a utilização de quintais para demonstração e implementação de práticas agroecológicas, de forma a estimular a adoção dessas técnicas em unidades de produção familiar (SANTOS et al., 2013).

Para Amoroso (2002), os quintais podem ser usados como depositários de germoplasma, além de subsidiar aspectos importantes do cotidiano das famílias rurais, como a manutenção da segurança alimentar. As hortas nos quintais também podem estar ligadas a aspectos de valores estéticos, pelo embelezamento da paisagem, quebrando a monocromia entre o verde e o azul, e a aspectos culturais, como troca de materiais genéticos, plantas e receitas.

Os participantes disseram se preocupar com a qualidade dos alimentos que chegam a seus domicílios. Diante disso, um engenheiro-agrônomo, que complementava a equipe fornecendo consultoria, enfatizou os aspectos da agroecologia e agricultura orgânica, buscando orientar os membros do grupo sobre o uso e a prática de manejo sem a utilização de fertilizantes sintéticos e agrotóxicos. A conduta agroecológica, realizada na prática agrícola, traz discussões importantes acerca da saúde dos seres humanos e do meio ambiente, problematizando questões pertinentes, como solos biologicamente ativos, técnicas integradoras e diversidade de culturas agrícolas.

A agroecologia é um instrumento importante na implementação de estratégias para viabilizar produções agrícolas em pequena escala sob administração familiar, em função principalmente da baixa dependência de insumos externos dos sistemas de produção preconizados, que procuram manter ou recuperar a paisagem e a biodiversidade dos agroecossistemas. A

produção agroecológica está inserida, do ponto de vista normativo, na produção orgânica que segue normas específicas para garantir a integridade dos produtos, além de buscar a sustentabilidade dos agroecossistemas em termos sociais, técnicos, econômicos e ambientais (STRINGHETA & MUNIZ, 2003; AQUINO & ASSIS, 2007; SEBRAE, 2015).

Durante as oficinas foram realizadas compostagem e sementeira com a utilização de materiais degradáveis, reaproveitamento das cascas e outras partes dos alimentos como aplicação para adubo, além de discussões sobre questões ambientais e recursos naturais, conforme Figura 2. A educação ambiental é considerada essencial para formar cidadãos conscientes, capazes de tomar decisões incidentes sobre a realidade socioambiental, de forma comprometida com a vida do planeta. A educação ambiental é uma prática necessária para fortalecer as relações homem e o meio ambiente (FONSECA, 2009).

Atualmente, a questão ambiental é um tema que vem sendo bastante discutido, principalmente quando nos referimos à sustentabilidade do planeta. O redesenho dos agroecossistemas por meio do manejo da vegetação não serve somente para regular as populações de pragas, uma vez que também ajuda a conservar água, energia, melhora a fertilidade do solo, minimiza os riscos e reduz a dependência de recursos externos, tendo como principal objetivo a integração dos componentes dos grupos de forma que se melhore a eficiência biológica, se conserve a produtividade e mantenha sua autossustentabilidade. Uma alternativa para a mudança desse paradigma é a adoção da compostagem descentralizada em bairros e grandes geradores de resíduos sólidos orgânicos (restaurantes, supermercados, universidades, escolas, empresas, entre outros), pois esse modelo aumenta a participação popular e de estruturas institucionais no processo de gerenciamento (FONSECA, 2009; ALTIERI & NICHOLLS, 2010; CRUZ 2012; SILVEIRA, SOUZA & RIBEIRO, 2013; SIQUEIRA & ASSAD, 2015).

Figura 2. Oficina de sementeira com a utilização de materiais degradáveis.



Fonte: Autoria própria. Ano:2017.

Foi introduzido nas oficinas o contexto de educação alimentar para se trabalhar a questão da saúde e a promoção de hábitos saudáveis entre os participantes, pois vários relataram ter doenças crônicas, como hipertensão arterial e diabetes *Mellitus*, muitos dos quais eram idosos. Sendo assim, foi praticada a confecção de geleia e a produção de conservas de legumes e sais de ervas, visando ao ensino da importância da higienização dos alimentos e técnicas de conservação, além da redução do consumo de açúcar e a redução do uso de temperos industrializados por temperos naturais, conforme a Figura 3. Observou-se resultado satisfatório ao final das oficinas no mês de dezembro, tendo em vista que os participantes relataram nas entrevistas terem conseguido diminuir a ingestão de açúcares e a substituir o sal de cozinha pelo sal de ervas e pelos temperos naturais em suas refeições.

O conhecimento de diferentes alimentos é essencial para a aquisição de uma alimentação variada para a comunidade, o que constitui uma das premissas fundamentais para uma alimentação saudável. A estratégia da oferta de hortaliças, verduras, legumes e frutas é categórica não só do consumo, mas também da preferência por esse tipo de alimento nas refeições. Existe uma relação da qualidade e produção dos alimentos de forma sustentável, sem agredir o meio ambiente e os recursos naturais, com a preferência por hábitos que favoreçam uma boa alimentação (ROSSI, MOREIRA e RAUEN, 2008; CHAVES et al. 2009; CARVALHO et al. 2010; BARBOSA, 2010; MICHELETTO & TOLEDO, 2015).

Figura 3. Oficina O contexto de educação alimentar, saúde e a promoção de hábitos saudáveis e confecções de geleias e sais de ervas.



Fonte: Autoria própria. Ano:2017.

As questões observadas pelos participantes no período das oficinas foram muito importantes e significativas, assim como o empoderamento sobre saúde e a aprendizagem sobre

produção de alimentos para complementação da renda familiar ou para consumo próprio e técnicas para redução de desperdício.

Segundo Maluf & Menezes (2000), são três os pontos norteadores da segurança alimentar: a qualidade nutricional dos alimentos, inclusive a ausência de componentes químicos que possam lesar a saúde humana; os hábitos alimentares específicos de cada comunidade, de cada grupo social; e a sustentabilidade do sistema alimentar. É possível visualizar uma estreita relação entre hortas urbanas ou comunitárias e segurança alimentar e nutricional, uma vez que grande parte dos produtos das hortas destina-se ao consumo próprio, compartilhamento ou à comercialização em mercados locais, beneficiando não só os participantes, mas também a comunidade em geral (MACHADO & MACHADO, 2002).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A participação de adultos e idosos nas capacitações para confecção de hortas mostrou-se muito eficaz, porque essas ações culminaram na produção de uma horta e consequentemente na colheita das hortaliças cultivadas. Isso promoveu aos participantes o acesso a esses alimentos sem que precisassem comprá-los, uma vez que eles mesmos eram os produtores. Como esses alimentos eram orgânicos, isso significou uma melhoria na alimentação das famílias e da comunidade.

Todo esse processo auxiliou no entendimento dos participantes em se tratando da importância da alimentação saudável e dos cuidados alimentares relacionados a questões de doenças crônicas e a valorização do cultivo e do consumo de alimentos orgânicos, pois eles compreenderam a relação da alimentação com as doenças crônicas e puderam cultivar o próprio alimento. Pelo fato de que ao longo do plantio e da colheita aconteceram discussões sobre os benefícios dos alimentos in natura e dos prejuízos que os alimentos industrializados causam à saúde, os participantes puderam compreender que algumas doenças crônicas são decorrentes do consumo exacerbado de alguns alimentos.

Sendo assim, concluímos que as capacitações realizadas em forma de oficinas com grupos de convivência, seja no CRAS, seja em outras estruturas públicas que possam reunir a população, são efetivas para difundir conhecimentos e promover o fortalecimento das práticas de agroecologia, em uma perspectiva sustentável de convivência com o espaço nos quintais urbanos e no território. Essas oficinas podem ampliar as possibilidades de uma formação cidadã com um senso crítico sobre as questões de segurança alimentar e nutricional e estimular hábitos alimentares saudáveis. Podem, ainda, estimular o intercâmbio entre o saber popular e o conhecimento dos profissionais de saúde, em virtude de garantir o empoderamento dos participantes sobre a saúde e qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

ALTIERI, M.A.; NICHOLLS, C.I. **Disenõs agroecológicos: para incrementar la biodiversidad de entomofauna benéfica em agroecossistemas**. SOCLA (Sociedad Científica Latino Americana de Agroecologia). Medellin Colômbia, p. 88, 2010.

AMOROZO, M.C.M. **Uso e diversidade de plantas medicinais em Santo Antônio do Leverger, MT, Brasil.** Acta Botanica Brasilica, Feira de Santana, v.16, n.2, p.189-203, 2002.

AQUINO, A. M. de; ASSIS, R. L. de. Agricultura orgânica em áreas urbanas e periurbanas com base na agroecologia. **Ambiente & Sociedade**, Campinas, v. 10, n. 1, 2007.

BIANCO, S.; ROSA, A. C. M. da; Instituto Souza Cruz. **Hortas escolares: o ambiente horta escolar como espaço de aprendizagem no contexto do ensino fundamental**: livro do professor.2. ed. Florianópolis: Instituto Souza Cruz, p. 77, 2002.

CARVALHO, A.P.; OLIVEIRA, V.B.; SANTOS, L.C. Hábitos alimentares e práticas de educação nutricional: atenção a crianças de uma escola municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais. **PEDIATRIA.** São Paulo, v. 32, p.20-27, 2010.

CASTELLS, Manuel. **O poder da identidade**. Paz e Terra. São Paulo, 1999.

CASTRO, A. P. de. Agrodiversidade E Cadeia Produtiva Do Cará (*Dioscorea Spp*.) Na Agricultura Familiar: Um Estudo Etnográfico No Município De Caapiranga-Am. 2011. 220 f. Tese (Doutorado) - **Curso de Agronomia Tropical, Universidade Federal do Amazonas**, Manaus, 2011. Disponível em: <http://www.tede.ufam.edu.br/handle/tede/3055> .

CHAVES, M.R.R.M. **Empreendedorismo Na Escola:** A Emergência De Um Outro Paradigma Na Educação/Formação**.** Dissertação (mestrado em sociologia) – Universidade do Porto, Porto -PT, 2009.

COSTA, A., GASPARINI, C., GARCIA, M. T., RIBEIRO, S. M., DE SOUSA SALANDINI, M. F., BÓGUS, C. M. Hortas comunitárias como atividade promotora de saúde: uma experiência em Unidades Básicas de Saúde. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, 20(10). 2015.

DIEGUES, A.C.S. **O mito moderno da natureza intocada**. 4. ed. São Paulo: HUCITEC, 2008, 169p.

DIEGUES, A.C.; ARRUDA, R.S.V. **Saberes Tradicionais e Biodiversidade no Brasil**. Brasília: MMA. 2001.

FONSECA, V.M. **A educação ambiental na escola pública:** entrelaçando saberes, unificando conteúdo. São Paulo: Biblioteca 24X7, 2009. 228p.

FREIRE, J. L. O. **Horta escolar: uma estratégia de aprendizagem e construção do cidadão**. Cadernos Temáticos, v. 20, p. 93 – 95, 2008.

GAZZINELLI M. F, GAZZINELLI A, REIS D. C, PENNA C.M.M. **Educação em saúde: conhecimentos, representações sociais e experiências da doença**. Cad Saúde Pública, 2005.

GRABBE, L., BALL, J., GOLDSTEIN, A. Gardening for the mental well being of homeless women. **Journal of Holistic Nursing**, 31(4), 258-266. 2013.

IRALA, C. H.; FERNANDEZ, P. M.; RECINE, E. **Horta: Manual para Escolas – A Escola Promovendo Hábitos Alimentares Saudáveis.** Brasília, 2001. Disponível em:< http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/horta.pdf.> Acessado em: 09 de fev. 2018.

KOCK, Milena Maia. **EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA PRÉ- ESCOLARES: A HORTA ESCOLAR COMO FERRAMENTA DE ENSINO**. Revista Nutrir – ISSN 2358-2669, v.1, n. 1, 2014.

MACHADO A.T, MACHADO C.T.T. **Agricultura Urbana**. Planaltina, DF: Embrapa. 2002.

MAGALHÃES, A. M. Espaço De Diálogos Sobre Alimentação Adequada E Saudável Em Rede De Proteção Social Básica. **Revista Desenvolvimento Social**, [S.l.], p. 5, set. 2012. ISSN 2179-6807. Disponível em:<http://www.rds.unimontes.br/index.php/desenv_social/article/view/66> Acesso em: 10 maio 2018.

MALUF RS; MENEZES F. **Caderno 'segurança alimentar'**. Disponível em: <http://www.forumsocialmundial.org.br/>. Acesso em: 30 julho de 2018.

MICHELETTO, M. R. D.; TOLEDO, J. R. L. de. Produção Sustentável de Alimentos: práticas na região do Vale do Paraíba do Sul com pequenos produtores rurais. **Revista Laborativa**, v. 4, n. 1, p. 108-115, 2015.

NEVES, J. L**.** Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades.**Cadernos de Pesquisas em Administração**, v. 1, n.3, 2º sem., 1996.

NOGUEIRA, R. S. F.; NETO, F. A. C.; DE CASTRO, A. P.; LAMARÃO, C. V. Valorização da Agrobiodiversidade nos Sistemas Agroflorestais Por Meio De Boas Práticas Agrícolas e Tecnologia de produtos na Comunidade São Sebastião, Ramal Da Cachoeira, Iranduba/AM. **Revista Terceira Margem Amazônia**, v. 2, n. 9 , p. 250 – 262. 2017.

RIBEIRO, S. M., BÓGUS, C. M. WATANABE, H. A. W. Agricultura urbana agroecológica na perspectiva da promoção da saúde. **Saúde e Sociedade**, 24(2), 730-743. 2015.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista Nutrição**, Campinas, v. 21, n. 6, dez. 2008.

SANTOS, A. S.; OLIVEIRA, L. C. L.; CURADO, F. F.; AMORIM, L. O. **Caracterização e desenvolvimento de quintais produtivos Agroecológicos**. Revista Brasileira de Agroecologia, v. 8, p. 100-111, 2013.

SEBRAE. Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas. **Conheça o Sistema de Produção que tem por Objetivo Preservar a Saúde do Meio Ambiente, a Biodiversidade, os Ciclos e as Atividades Biológicas do Solo.** Notícia, 2015. Disponível em: <http://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/O-que-%C3%A9-agriculturaorg%C3%A2nica%3F.> Acesso em: 10 de março. 2018.

SHIUE, I. Gardening is beneficial for adult mental health: Scottish Health Survey, 2012–2013. **Scandinavian journal of occupational therapy**, 1- 6. 2015.

SILVEIRA, J. G.; CRUZ, R.C. Análise de informações sobre sustentabilidade ambiental circulantes no Orkut: estudo exploratório do tópico 'E o rio?'. P**erspect. ciênc. Inf.,**1 v.7, n.2, p.143-157, Abr. 2012.

SIQUEIRA, T. M. O de; ASSAD, M. L. R. C. L. Compostagem de resíduos sólidos urbanos no estado de São Paulo (Brasil). **Ambiente & Sociedade**, v.18, n.4, p.243-264, 2015.

SOMMERFELD, A.J., MCFARLAND, A.L., WALICZEK, T.M., ZAJICEK, J.M. Growing minds: Evaluating the relationship between gardening and fruit and vegetable consumption in older adults. **Hort Technology 20**:711–717, 2010.

SOUZA, M.T.S.; RIBEIRO, H.C.M. Sustentabilidade ambiental: uma meta-análise da produção brasileira em periódicos de administração. **Rev. adm. contemp.**, v.17,n.3, p. 368-396, 2013.

SOUSA, F. S. de. **Uma Análise Sobre O Projeto Mandala Implantado Na Comunidade Assentamento Acauã No Município De Aparecida – Pb.** 2014. 45 f. TCC (Graduação) - Curso de Geografia, Universidade Federal de Campina Grande, Cajazeiras, 2014. Disponível: em: <http://www.cfp.ufcg.edu.br/geo/monografias/FERNANDA SICUPIRA DE SOUSA.pdf> Acesso em: 25 março. 2018.

STRINGHETA, P.C.; MUNIZ, J.N. (Eds.). **Alimentos orgânicos: produção, tecnologia e certificação**. Viçosa: Editora UFV, p, 452. 2003.
TEIG, E. AMULYA, J., BARDWELL, L., BUCHENAU, M., MARSHALL, J. A., LITT, J.S. Collective efficacyin Denver, **Colorado: Strengthening neighborhoods and health through community gardens**. Health & Place, 15(4), p. 1115-1122. 2009