

Horta vertical como incentivo à alimentação saudável e sustentável de crianças com dislipidemias.

Aluna: Walkiria Aparecida Isidoro

Orientador: Fábio Luís Giordani

Introdução:

Nas últimas décadas, a sociedade Brasileira vem vivenciando grandes transformações sociais que resultam em mudanças do seu padrão alimentar, de nutrição e consequentemente de saúde. Há uma crescente participação de produtos ultraprocessados em todos os extratos de renda da população. De acordo com Martins et al. (2013,656), observou-se aumento uniforme da participação calórica de produtos prontos para o consumo acompanhado da redução na participação de alimentos *in natura* ou minimamente processados nos ingredientes culinários.

Este novo padrão de comensalidade, impacta de forma aguda na saúde das crianças, uma vez que são mais suscetíveis a influências negativas do comportamento do adulto. Estudos transversais no Brasil identificaram alta prevalência de fatores de risco de doenças cardiovasculares durante este período de ciclo de vida (Ribeiro et al, 2006,408). As alterações do perfil lipídico na infância, ocorrem silenciosamente sendo a lesão aterosclerótica diagnosticada na idade adulta (Berenson et al,1998,6).

Sendo assim, o processo de transição nutricional no país, desafia a organização do cuidado em alimentação e nutrição na Atenção Básica. No campo da alimentação faz-se necessário que práticas educativas priorizem a compreensão da alimentação como fator social e resgatem o vínculo com o alimento e sua origem. As hortas verticais, que visam a construção em pequenos espaços, chamadas de agricultura periurbana, se torna uma ferramenta pedagógica, participativa e significativa, gerando aprendizado pelo contato direto com a natureza (Santandreu, 2007,5).

O presente projeto visa a construção de uma horta vertical com a participação de crianças do território de 5 a 11 anos que apresentaram alterações do perfil lipídico em exames laboratoriais, afim de promover educação em saúde com o plantio de ervas aromáticas, ervas medicinais e verduras, promovendo maior sensibilização quanto ao consumo de alimentos *in natura*.

Objetivo:

Objetivo Geral: o objetivo do presente projeto será por meio da construção da horta vertical na Unidade Básica de Saúde, poder aproximar e sensibilizar as crianças quanto a práticas de alimentação saudável e sustentável.

Objetivos Específicos:

- 1- Discutir e divulgar o projeto para as Equipes de Saúde da família com o intuito de viabilizar o fluxo para a convocação das crianças que tenham o perfil do projeto;
- 2 - Inclusão de outras categorias profissionais no projeto como o APA da Unidade e Terapeuta Ocupacional para a arrecadação do material e treinamento por etapa da construção da horta;
- 3 - Implantar o grupo com o desenvolvimento por etapas, avaliando o processo.

Método:

Local: Unidade Básica de Saúde Jardim Olinda, São Paulo - SP

Público - alvo: crianças de 5 a 11 anos que apresentaram dislipidemias em exames laboratoriais.

Participantes: Nutricionista, APA, Terapeuta Ocupacional e indiretamente as Equipes de Saúde da Família realizando o rastreio destes pacientes.

Ações:

1. Estratégia de divulgação do projeto: Em reunião técnica semanal, o projeto será divulgado para que os médicos e enfermeiros consigam identificar estes pacientes e encaminhá-los ao grupo.
2. Treinamento dos profissionais: o treinamento dos profissionais envolvidos diretamente como a Nutricionista, APA e Terapeuta Ocupacional ocorrerá na própria UBS, utilizando os materiais para a construção da horta para que se tenha organização e segurança para replicar para as crianças.
3. Processo de implantação do projeto: Após preencher as vagas com o total de crianças dislipidêmicas, o grupo se iniciará seguindo com as etapas de construção da horta vertical, com abordagem de alimentação saudável durante este processo em um prazo de um encontro semanal durante um mês.

Avaliação/monitoramento: durante o treinamento dos profissionais para a montagem da horta com os instrumentos utilizados, será avaliado a resistência dos materiais, o tempo para a construção e a prevenção de possíveis riscos para as crianças na utilização destas ferramentas.

Resultados esperados:

O presente estudo trará benefícios para os pacientes que participarão da implantação e manutenção da horta vertical, disseminando conhecimento de sustentabilidade e alimentação saudável por meio do contato com a natureza de forma pedagógica e dinâmica. De certa forma, o projeto não beneficia somente as crianças mas toda a comunidade atendida pela UBS, uma vez que promove uma ampliação de possibilidades ao alcance dos indivíduos no que diz respeito a promoção da saúde.

Referências

MARTINS, A.P.Bortoletto.et al. Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009).Rev.Saúde Pública 2013;47 (4):656-65.

RIBEIRO, R.Q.et al. Fatores adicionais de risco cardiovascular associados ao excesso de peso em crianças e adolescentes: o estudo do coração de Belo Horizonte. Arq Bras Cardiol 2006; 86:408-18.

BERENSON, G.S. et al. Association between multiple cardiovascular risk factors and atherosclerosis in children and young adults. The Bogalusa Heart Study. N Engl J Med 1998; 338:1650-6.

SANTANDREU, A; LOVO, I.C. Panorama da agricultura urbana e periurbana no Brasil e diretrizes políticas para sua promoção. Belo Horizonte: Rede de Intercâmbio de Tecnologias Alternativas - REDE; 2007;1:89-5