

HORTA ESCOLAR COMO PRÁTICA PEDAGÓGICA NA PROMOÇÃO DA AUTOEFICÁCIA PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DE ESCOLARES

GARDEN SCHOOL AS EDUCATIONAL PRACTICE IN SELF-EFFICACY PROMOTION OF A HEALTHY FOOD SCHOOL

- **Vilmar da Silva Nascimento** (Universidade Federal de Pernambuco – vsn6@msn.com)
 - **Analine de Souza Bandeira Correia** (Hospital Universitário Lauro Wanderley – analine.bandeira@gmail.com)
- **Carlos Eduardo de Souza Leão** (Consultório Particular de Psicologia – caepsi@hotmail.com)
 - **Anna Lúcia Miranda Costa** (Universidade de Pernambuco – annalucia@poli.br)
- **Manoel Henrique da Nóbrega Marinho** (Universidade de Pernambuco – marinho75@poli.br)
- **Selene Cordeiro Vasconcelos** (Universidade Federal da Paraíba – selumares@gmail.com)

Resumo:

A horta escolar tem sido muito utilizada como prática pedagógica, principalmente sob o enfoque da melhora da alimentação e educação ambiental. Considerada uma tecnologia leve por utilizar os atores da intervenção como instrumento de trabalho, promove um importante espaço de aprendizagem e abordagem interdisciplinar. Autoeficácia consiste na crença ou confiança que uma pessoa é capaz de executar um comportamento visando um resultado para seu próprio benefício. Com o objetivo de promover a alimentação saudável de escolares, o presente projeto de intervenção propõe a implantação de uma horta escolar como prática pedagógica para o fomento de um ambiente de reflexão e aprendizado. Será realizada em área específica de uma escola pública estadual, sob Gerência da Regional, GRE-Recife Sul, Pernambuco. Acredita-se que ao cuidar da horta, os escolares terão a oportunidade de compreender o ciclo vital da planta e seus benefícios enquanto serão provocados a refletirem sobre suas responsabilidades e as consequências de seus atos sobre a sua saúde e relacionamentos no contexto escolar e familiar. Os conteúdos serão trabalhados a partir dos referenciais teóricos de Albert Bandura, com a Teoria Social Cognitiva e o conceito de autoeficácia, e de Paulo Freire, que preconiza o diálogo e a contextualização para uma aprendizagem significativa. Do exposto, defende-se a inclusão de práticas pedagógicas diversificadas que promovam cenários em transição para facilitar o processo ensino-aprendizagem por meio do protagonismo do aluno e que estimulem a aquisição de comportamentos saudáveis.

Palavras-chave: Ensino-aprendizagem, Alimentação saudável, Autoeficácia, Horta escolar, Comportamento saudável.

Abstract:

The school garden has been widely used as a pedagogical practice, mainly under the focus of improved nutrition and environmental education. Considered a light technology to use the intervention actors as a working tool, it promotes an important learning space and an interdisciplinary approach. Self-efficacy consists of the belief or confidence that a person is able to perform a behavior aiming at a result for their own benefit. With the objective of promoting the healthy feeding of schoolchildren, the present intervention project proposes the implementation of a school garden as a pedagogical practice to foster an environment of reflection and learning. It will be held in a specific area of a

state public school, under Regional Management, GRE-Recife Sul, Pernambuco. It is believed that in gardening, schoolchildren will have the opportunity to understand the plant's life cycle and its benefits while being challenged to reflect on their responsibilities and the consequences of their actions on their health and relationships in school and family settings. The contents will be based on the theoretical references of Albert Bandura, with the Cognitive Social Theory and the concept of self-efficacy, and Paulo Freire, who advocates dialogue and contextualization for meaningful learning. From the above, it is advocated the inclusion of diversified pedagogical practices that promote scenarios in transition to facilitate the teaching-learning process through the protagonism of the student and that stimulate the acquisition of healthy behaviors.

Keywords: Teaching-learning, Healthy eating, Self-efficacy, School vegetable garden, Healthy behavior.

1. Introdução

A alimentação constitui uma necessidade humana básica e o impacto da má nutrição em escolares está causando grandes preocupações de saúde pública em todo o mundo. Frutas e vegetais são componentes fundamentais para uma dieta saudável. Entretanto a ingestão média de frutas e vegetais ainda é abaixo das recomendações da Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Além disso, o aumento da obesidade infantil e a alta adesão às *fast e junk foods* tem agregado preocupações às questões de saúde pública. A dieta desempenha um papel fundamental no gerenciamento de peso, uma dieta saudável, rica em frutas e vegetais, que são alimentos de baixa densidade de energia, constituem uma importante estratégia para organização dietética (PAYAB et al., 2015).

O hábito alimentar é aprendido na infância e persiste ao longo da vida, portanto o ideal é que os escolares sejam estimulados a consumirem níveis adequados de frutas e vegetais. A horta escolar proporciona um ambiente que tem potencial para melhorar a autoeficácia dos escolares para experimentar diferentes frutas e legumes, onde o aumento da ingestão desses alimentos podem diminuir o risco de desenvolver doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral, hipertensão, diabetes mellitus tipo 2, obesidade e várias formas de câncer. Da mesma forma, os comportamentos saudáveis podem ser construídos e apreendidos por meio de uma aprendizagem significativa no cotidiano escolar (CHRISTIAN et al., 2014).

A nutrição ideal é essencial para o crescimento saudável e desenvolvimento dos escolares, obtenção e manutenção do peso saudável, fornece proteção contra doenças crônicas e mortalidade prematura. Padrões comportamentais formados durante a infância têm sido perpetuados na vida adulta. As escolas têm sido um importante cenário para a implementação das intervenções de promoção da saúde e prevenção de agravos devido a infraestrutura, ambiente físico, políticas, currículos, ensino e aprendizagem e os professores têm atuado como agentes promotores de saúde e de comportamentos saudáveis (DUDLEY; COTTON; PERALTA, 2015)

A horta escolar constitui uma prática pedagógica muito utilizada e reconhecida no mundo, inclusive com programas governamentais de incentivo, devido ao seu potencial de melhorar a saúde e o bem-estar do estudante, seu desenvolvimento social e escolar,

contribuindo para sua formação cidadã. Além disso, tem sido utilizada como um cenário de aprendizagem inclusiva (OHLY et al., 2016).

O manejo da horta proporciona aos estudantes o desenvolvimento da capacidade para identificar os diferentes ciclos vitais das hortaliças e contextualizar os benefícios desses alimentos à sua realidade, auxiliando na aquisição de hábitos e estilos de vida saudáveis. Esse conhecimento tem sido relacionado ao aumento da acessibilidade e disponibilidade desses alimentos, bem como de sua ingestão pelos escolares. Esta consciência pode ajudar a aumentar sua vontade de consumir esses alimentos com maior frequência, com repercussões na melhora do peso, do estado nutricional e de seu nível de atividade física (DAVIS; BRANN, 2017).

Entretanto, ainda há barreiras e dificuldades para o processo de implantação e manutenção de hortas escolares, como a falta de inclusão desses projetos no programa de gestão de diretores de escolas, descrença de diretores e de professores acerca da eficácia dessa prática pedagógica para a promoção da alimentação saudável, mudança de comportamentos e como espaço de reflexão e construção de saberes (AHMED et al., 2011).

A inserção da horta escolar como prática pedagógica para a promoção de mudanças de comportamento no ambiente escolar mostra-se promissora para o processo ensino-aprendizagem, perpassa pela promoção da saúde baseada na escola e por questões de saúde pública, influenciando na melhora da autoeficácia, dos hábitos alimentares dos escolares e oferecendo uma oportunidade para reduzir as desigualdades sociais e em saúde.

Entretanto, o professor precisa adquirir competências e habilidades para o manejo dessa prática em seu cotidiano, os gestores precisam apoiar essas práticas por meio de políticas públicas, incentivos governamentais de financiamento de insumos e equipamentos, bem como de educação permanente para os docentes. Ademais, evidências sugerem que as intervenções mais eficazes são aquelas que abrangem ações que envolvem a escola, a família e a comunidade.

2. Discussão teórica

A autoeficácia constitui um importante norte teórico para subsidiar ações de Educação em Saúde. Para Bandura (1977), autoeficácia é a crença ou a confiança pessoal quanto à própria capacidade para realizar uma ação específica necessária à obtenção de um determinado resultado. A adesão de uma pessoa à uma determinada atividade ou comportamento relaciona-se à sua confiança de que será capaz de desenvolvê-lo com sucesso (BANDURA, 1977). A autoeficácia foi integrada à Teoria Social Cognitiva (BANDURA, 1999), fundamentada na agência para o autodesenvolvimento, a adaptação e a mudança (BANDURA, 2004).

A cognição exerce influência sobre a capacidade das pessoas de construir a realidade, de autorregular-se, de codificar informações e executar comportamentos (BANDURA, 1977), prevendo acontecimentos e planejando comportamentos (FONTAINE, 2005). A autoeficácia, entendida como parte dos fatores pessoais, é a expectativa no próprio desempenho para alcançar um resultado esperado (BANDURA, 1999).

Quando o indivíduo não possui uma resposta de enfrentamento efetiva e/ou segurança para lidar com determinada situação, apresentando uma baixa autoeficácia

(BANDURA, 1977), ele apresentará uma tendência a não resistir ao comportamento desadaptado, como a compulsão alimentar.

Compreender as relações entre comportamentos alimentares e determinantes psicossociais do comportamento como potenciais mediadores da mudança poderá subsidiar intervenções mais eficazes. As intervenções podem concentrar-se em estratégias para melhorar a autoeficácia de escolares e força de hábito para motivar a intenção de escolher alimentos saudáveis (BANDELLI et al., 2017).

Nesse contexto, a escola apresenta-se como um cenário oportuno para a promoção da autoeficácia para uma alimentação saudável por meio do diálogo e a contextualização para uma aprendizagem significativa. Freire (2007) propõe um processo de ensino-aprendizagem por meio da troca de saberes, onde o educador e o educando são co-participes, num exercício constante de escuta.

3. Método

Trata-se de uma pesquisa-ação, com abordagem qualitativa, para reativar uma horta escolar. Esse tipo de pesquisa possibilita a equipe de pesquisa intervir e participar das atividades. Ademais, determina a conjugação da investigação com os processos mais amplos da ação educativa e a apropriação coletiva do conhecimento (PERUZZO, 2005).

Será realizada em área específica de uma escola pública estadual, sob Gerência da Regional, GRE-Recife Sul, Pernambuco. Escolhida por conveniência, por ser o local de trabalho do pesquisador principal. A presente proposta já possui o apoio da gerência da referida escola e de uma equipe interdisciplinar composta por outros professores, auxiliares de serviço gerais e jardineiro profissionais efetivos dessa escola. Os materiais, insumos e mudas serão adquiridos por meio de parceria com a Universidade Federal de Pernambuco, GRE-Recife Sul, além de recursos próprios da equipe de pesquisa.

Serão aplicados instrumentos no intuito de caracterizar a amostra quanto aos dados sociodemográficos e conhecimentos prévios acerca do manejo com horta. Além das gravações em áudio de todas as sessões de discussão após a intervenção para o manejo com a horta e, ao final da atividade, entrevista semi-estruturada para investigar as questões subjetivas relacionadas ao processo ensino-aprendizagem e promover reflexões.

A análise dos dados será realizada com o auxílio dos softwares SPSS, para os dados quantitativos, e IRaMuTeQ, para os dados qualitativos oriundos da entrevista e da transcrição das sessões de discussão após a intervenção na horta.

O presente estudo será norteado pela Resolução 466/2012/MS/Conselho Nacional de Saúde/Comissão Nacional de Ética em Pesquisa e as Diretrizes e Normas que regem pesquisa envolvendo seres humanos e será submetido a Plataforma Brasil.

4. Considerações Finais

A escola, como instituição formadora, e a educação, como função social, adequa-se à realidade dos alunos, objetivando desenvolver a consciência cidadã, por meio de um currículo flexível que garanta uma aprendizagem contextualizada e significativa, atendendo as demandas e necessidades, estimulando a construção do seu próprio conhecimento.

A prática pedagógica na horta escolar constitui uma ferramenta para potencializar e inovar o processo de construção ensino aprendizagem, apresentando-se como um atrativo para o envolvimento dos estudantes devido a flexibilidade e dinamismo do aprendizado, motivação, interação com o meio ambiente e a possibilidade de aquisição de novas competências e habilidades.

Referências

AHMED, A. T. et al. Perceptions of Middle School Educators in Hawai'i about School-based Gardening and Child Health. **Hawai'i Medical Journal**, v. 70, n. supl. 1, p.11-15, 2011.

BANDURA, A. Self-Efficacy: Toward unifying theory of behavior change. **Psychol Rev**, v. 84, v. 2, p. 191-215, 1977.

_____. A sociocognitive analysis of substance abuse: an agentic perspective. **Psychol. Scien**, v. 10, n. 3, Special Section, p. 214-217, 1999.

_____. Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In: BANDURA, A. (Ed.). **Self-efficacy in changing societies**. New York: Cambridge University Press, 1995. p. 1-45.

_____. Health promotion by social cognitive means. **Health Education & Behav**, v. 31, n. 2, p. 143-164, 2004.

BANDELLI, L. N. et al. Associations among measures of energy balance related behaviors and psychosocial determinants in urban upper elementary school children. **Appetite**, v. 108, p. 171-182, 2017.

CARVALHO, L. A. et al. Riscos psicossociais no trabalho dos docentes de enfermagem e Estratégias de coping. **Rev Enferm UFPE on line**, v. 10, n. supl. 5, p. 4356-63, 2016.

CHRISTIAN, M. S. et al. Evaluation of the impact of a school gardening intervention on children's fruit and vegetable intake: a randomised controlled trial. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 11, n. 1, p. 99, 2014.

DAVIS, K. L.; BRANN, L. S. Examining the Benefits and Barriers of Instructional Gardening Programs to Increase Fruit and Vegetable Intake among Preschool-Age Children. **Journal of environmental and public health**, v. 2017, 2017.

DUDLEY, D. A.; COTTON, W. G.; PERALTA, L. R. Teaching approaches and strategies that promote healthy eating in primary school children: a systematic review and meta-analysis. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 12, n. 1, p. 1-26, 2015.

FONTAINE, A. M. **Motivação em contexto escolar**. Lisboa: Universidade Aberta, 2005.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários a pratica educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2007.

MACIEL, K. de F. O pensamento de Paulo Freire na trajetória da educação popular. **Educação em Perspectiva**, v. 2, n. 2, 2012.

OHLY, H. et al. A systematic review of the health and well-being impacts of school gardening: synthesis of quantitative and qualitative evidence. **BMC Public Health**, v. 16, n. 1, p. 286, 2016.

PAYAB, M. et al. Associação entre o consumo de junk food e a pressão arterial alta e obesidade em crianças e adolescentes iranianos: o Estudo Caspian-IV. **Jornal de Pediatria**, v. 91, n. 2, 2015.

PERUZZO C.M.K. **Observação participante e pesquisa-ação**. In: Duarte J, Barros A, organizadores. Métodos e técnicas de pesquisa em comunicação. São Paulo: Atlas; 2005. p. 125- 145.