

A INFLUÊNCIA DA PRODUÇÃO AGRÍCOLA EM QUINTAIS PARA A MELHORIA DA ALIMENTAÇÃO: O CASO DO ASSENTAMENTO LAGOA DO MINEIRO

IX Encontro de Programas de Educação Tutorial

Gabriela Leite Alves, Bárbara Mapurunga Godin, Fernando Alexandre de Sousa Abreu, Kessia Sinara Gomes de Menezes, Emilly Estefany Firmino Batista, Maria Lucia de Sousa Moreira

Assentamentos representam luta, resistência, produção e evolução, visto que antes de serem ocupados por famílias trabalhadores sem-terra e se tornarem um território com função social, eram latifúndios improdutivos. Conhecer a realidade dos assentamentos rurais é parte das atividades do PET Agrárias. Em função disso, no período de 25 a 29 de julho de 2022 foi realizada uma viagem para o assentamento Lagoa do Mineiro em Itarema no Ceará. Entre as muitas atividades realizadas nesse período no assentamento, a visita aos quintais produtivos teve grande significado. Por isso o objeto de estudo dessa pesquisa são os quintais produtivos e o objetivo é determinar como os alimentos mais produzidos nos quintais produtivos afetam a saúde e colaboram com a melhora dos hábitos alimentares das famílias produtoras. Como metodologia utilizou-se da visita às casas das sete comunidades do assentamento e questionários foram aplicados. A princípio, foi observado que 61 famílias foram entrevistadas e 77,0% delas têm quintal produtivo, nos quais se destacam dois alimentos que são, a mandioca e coco, que são cultivados por 51% e 53% das famílias, respectivamente. Além disso, foi observado a grande importância que a mandioca cozida e o coco são ricos em potássio, agente regulador de fluidos, contribuindo para diminuir a tensão nas artérias e melhorando o sistema imunológico. Também é importante salientar que a mandioca cozida e coco são fontes de fibras, o que faz com que a energia seja liberada de forma gradual, evitando altos níveis de açúcar no sangue e deixando a digestão mais lenta, melhorando assim, o apetite, e consequentemente, os hábitos alimentares das famílias. Conclui-se, que os quintais produtivos contribuem para a melhoria da saúde dos assentados e melhoram seus hábitos alimentares, concordando com os 91% dos entrevistados, que disseram que seus hábitos alimentares melhoraram a partir da criação de seus quintais produtivos.

Palavras-chave: Quintais produtivos. Hábitos alimentares. Famílias assentadas.