

A IMPORTÂNCIA DAS HORTAS AGROURBANAS COMO INSTRUMENTO DE SAÚDE BÁSICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

**THE IMPORTANCE OF AGRO-URBAN GARDENS AS A TOOL FOR BASIC
HEALTH: AN INTEGRATIVE REVIEW**

Ciências Humanas, Ciências Agrárias, Ciências da Saúde • 13/07/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/783478474](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/783478474)

Giovane Sampaio dos Santos

Yuri César Miranda Soares

Guilherme Alves Barroso Araújo

Lorena Oliveira Pereira

Daniel Viana Ferreira

Mariana Aragão Machado Santos Neves

Vanilson Furtado Pereira

Sandra Regina Cardoso Vitorino

RESUMO

As hortas comunitárias têm se destacado como importantes estratégias de promoção da saúde, da segurança alimentar e da sustentabilidade, especialmente no contexto da Atenção Primária à Saúde, por favorecerem o acesso a alimentos saudáveis, a participação social e a melhoria da qualidade de vida da população. O objetivo deste estudo foi analisar, por meio da literatura científica recente, as evidências acerca das hortas comunitárias como instrumento de promoção da saúde básica. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Portal de Periódicos CAPES, utilizando os descritores “Hortas comunitárias”, “Saúde básica”, “Promoção da saúde”, “Segurança alimentar” e “Atenção primária à saúde”, combinados em estratégia pelo operador booleano AND. Foram analisados artigos científicos publicados em língua portuguesa nos últimos cinco anos que abordavam a relação entre hortas comunitárias e promoção da saúde. A partir da leitura e análise dos estudos selecionados, observou-se que as hortas comunitárias promovem benefícios relacionados à saúde física, por estimular a prática de atividades físicas e prevenir doenças crônicas; à saúde mental, por favorecer o bem-estar, reduzir sintomas de ansiedade e fortalecer o vínculo com a natureza; à segurança alimentar, ao ampliar o acesso a alimentos in natura e incentivar hábitos alimentares saudáveis; ao fortalecimento das relações sociais e da participação comunitária; além de contribuírem para a preservação ambiental, geração de renda e revitalização de espaços urbanos. Os estudos analisados também demonstraram experiências exitosas desenvolvidas em Unidades Básicas de Saúde, escolas e projetos de agricultura urbana, evidenciando a viabilidade da incorporação dessas iniciativas às

políticas públicas de saúde. Conclui-se que as hortas comunitárias constituem uma tecnologia social de baixo custo e elevado potencial para fortalecer a Atenção Primária à Saúde, integrando ações de promoção da saúde, educação alimentar, sustentabilidade ambiental e inclusão social, sendo recomendável a ampliação de políticas públicas e de pesquisas que avaliem seus impactos em diferentes contextos brasileiros.

Palavras-chave: Hortas comunitárias; Atenção Primária à Saúde; Promoção da Saúde; Segurança Alimentar; Sustentabilidade.

ABSTRACT

Community gardens have emerged as important strategies for promoting health, food security, and sustainability, especially within the context of Primary Health Care, by facilitating access to healthy foods, encouraging social participation, and improving the population's quality of life. This study aimed to analyze recent scientific evidence on community gardens as a tool for health promotion in primary care. An integrative literature review with a qualitative and descriptive approach was conducted using the Scientific Electronic Library Online (SciELO), the Virtual Health Library (BVS), and the CAPES Periodicals Portal. The search strategy included the descriptors "Community gardens," "Primary health care," "Health promotion," "Food security," and "Primary care," combined using the Boolean operator AND. A total of 10 scientific articles published in Portuguese over the last five years were selected and analyzed. The findings showed that community gardens provide benefits related to physical health by encouraging regular physical activity and preventing chronic diseases; mental health by promoting well-being, reducing anxiety symptoms, and strengthening the connection with nature; and food security by increasing access to fresh foods and encouraging healthy eating

habits. In addition, these initiatives contribute to social participation, community engagement, environmental preservation, income generation, and the revitalization of urban spaces. The reviewed studies also described successful experiences implemented in Primary Health Care Centers, schools, and urban agriculture projects, demonstrating the feasibility of incorporating community gardens into public health policies. It is concluded that community gardens represent a low-cost social technology with significant potential to strengthen Primary Health Care by integrating health promotion, food and nutrition education, environmental sustainability, and social inclusion. Therefore, expanding public policies and further research on their long-term impacts in different Brazilian contexts is recommended.

Keywords: Community gardens; Primary Health Care; Health Promotion; Food Security; Sustainability.

1. INTRODUÇÃO

A tentativa humana de compreender a relação entre o indivíduo e o ambiente existe desde os primórdios da humanidade, com o grego Teofrasto, em seu livro “Causa das plantas”, refletindo sobre o homem e a manipulação da natureza através da agricultura. No entanto, a formalização do pensamento como uma ciência só aconteceu de fato no ano de 1866, com o biólogo Ernst Haeckel com o conceito de ecologia. O termo é derivado do grego “oikos”, que possui como significado “lar”, e foi utilizado por Haeckel para definir a ciência que estuda as interações decorrentes da relação organismo e ambiente (Begon; Townsend; Harper 2007). Os autores ainda complementam, destacando a definição de ambiente como: conjunto de influências externas que atuam sobre o organismo, influências essas orgânicas e inorgânicas.

As hortas comunitárias são locais dedicados à produção de alimentos através do trabalho voluntário da população da região (Habitat Brasil, 2022). A existência de locais para o plantio de alimentos saudáveis é fundamental para a boa alimentação da população. Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2006), a alimentação saudável é caracterizada pelo consumo de alimentos in natura e minimamente processados, alimentos que necessitam de pouco tratamento para serem ingeridos. O Guia classifica os alimentos em 4 categorias: alimentos in natura e minimamente processados, produtos extraídos de outros alimentos in natura e da natureza para condimentar, alimentos fabricados com a adição de sais e açúcares no preparo e alimentos que necessitam de técnicas e ingredientes refinados e que são, muita das vezes, exclusivos a indústria.

A agricultura em centros urbanos é essencial para garantir a segurança alimentar e a nutrição saudável, em especial para a parcela mais pobre da população (Zeeuw, 2004). Essa produção de alimentos nas cidades é, em geral, uma resposta às dificuldades enfrentadas pelas pessoas mais pobres. Em países em desenvolvimento, muitos deles não conseguem garantir a toda a população condições necessárias para acessar. Além disso, o autor ressalta que a existência dessas hortas garante o acesso a alimentos perecíveis, pois a proximidade com o local de produção favorece a rápida comercialização e consumo.

No ano de 1978, ocorreu a 1ª Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, em Alma Ata, no Cazaquistão. Realizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), a conferência destacou a importância da atenção primária à saúde, reconhecendo os

cuidados primários como fundamentais para promoção da saúde e como o primeiro contato que a população possui com o sistema de saúde do país (OMS/UNICEF, 1978). No Brasil, os princípios estabelecidos pela Declaração de Alma Ata foram incorporados no Sistema Único de Saúde (Matta & Morosim, 2007). É nesse cenário que surgem as Unidades Básicas de Saúde (UBS), centros dedicados aos atendimentos primários à saúde, regulamentados pelo SUS, com o objetivo de promoção da universalidade, descentralização, integralidade e participação da população na saúde (Brasil, 1988).

A existência do SUS foi um marco para a saúde no Brasil. Antes da sua criação, a saúde no país era atribuída ao Instituto Nacional de Assistência Médica e Previdência Social (INAMPS) e apenas aqueles que possuíam um emprego formal poderiam ser atendidos nos hospitais. Toda a parcela que não possuía emprego ou realizava trabalhos informais estava excluída dos atendimentos médicos (Machado, 2018). As UBSs causaram grande impacto na história da saúde pública ao demonstrarem eficácia na melhoria dos indicadores de saúde e reduzir as hospitalizações, o que, a longo prazo, diminui a necessidade de tratamentos sofisticados e internações (Sobreira et al, 2024).

As hortas comunitárias, diante de todo o contexto apresentado, podem ser utilizadas como meio de promover a atenção à saúde primária. Os alimentos ali cultivados, por serem classificados como saudáveis, permitem à população da região estabelecer uma alimentação equilibrada e bastante variada, com a ingestão de produtos livres de substâncias industrializadas e agrotóxicos, substâncias essas que, a longo prazo, possuem diversos impactos na saúde. Além disso, o trabalho envolvido no cultivo desses alimentos promove nesta parcela da população a atividade física, reduzindo a

taxa de sedentarismo, e a redução dos níveis de estresse e ansiedade causado pela vida na cidade. As UBSs podem ser utilizadas como locais de orientação sobre a importância de uma dieta saudável, ensino de receitas caseiras, atividades que promovam a sustentabilidade, etc.

A pesquisa em questão possui como objetivo geral analisar, através da literatura recente, as evidências das hortas comunitárias como um possível instrumento da saúde básica. Os seus objetivos específicos estabelecidos são: identificar, na literatura científica, as principais dificuldades enfrentadas na implementação e manutenção das hortas comunitárias como instrumento de promoção da saúde básica; descrever as vantagens e contribuições das hortas comunitárias para a promoção da saúde física, mental, social e alimentar da população; analisar exemplos práticos de hortas comunitárias desenvolvidas em contextos de atenção básica e promoção da saúde, destacando seus resultados e impactos na comunidade.

2. METODOLOGIA

O presente estudo consistiu em uma revisão integrativa da literatura, tipo de pesquisa que permite a consolidação e a articulação dos resultados de investigações já realizadas e publicadas sobre um tema específico, oferecendo uma visão abrangente e organizada do conhecimento científico existente. Segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), a revisão integrativa é o processo de coletar, analisar e sintetizar conhecimentos de várias pesquisas, de modo que essas evidências possam ser convertidas em novos conhecimentos. Assim, essa abordagem promove a utilização prática do conhecimento gerado, o que ajuda a elucidar a questão que orienta a pesquisa,

possibilita decisões baseadas em evidências e impulsiona o progresso da produção científica na área em questão. Ela teve abordagem qualitativa e caráter descritivo, realizada com o objetivo de analisar as evidências científicas acerca das hortas comunitárias como instrumento de promoção da saúde na atenção básica.

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Portal de Periódicos CAPES. Para a elaboração da estratégia de busca, foram utilizados os descritores: “Hortas comunitárias”, “Saúde básica”, “Promoção da saúde”, “Segurança alimentar” e “Atenção primária à saúde”, combinados por meio do operador booleano AND.

Foram empregadas as seguintes combinações de descritores: “Hortas comunitárias” AND “Saúde básica”; “Hortas comunitárias” AND “Promoção da saúde”; “Hortas comunitárias” AND “Qualidade de vida”; “Hortas comunitárias” AND “Unidade Básica de Saúde”.

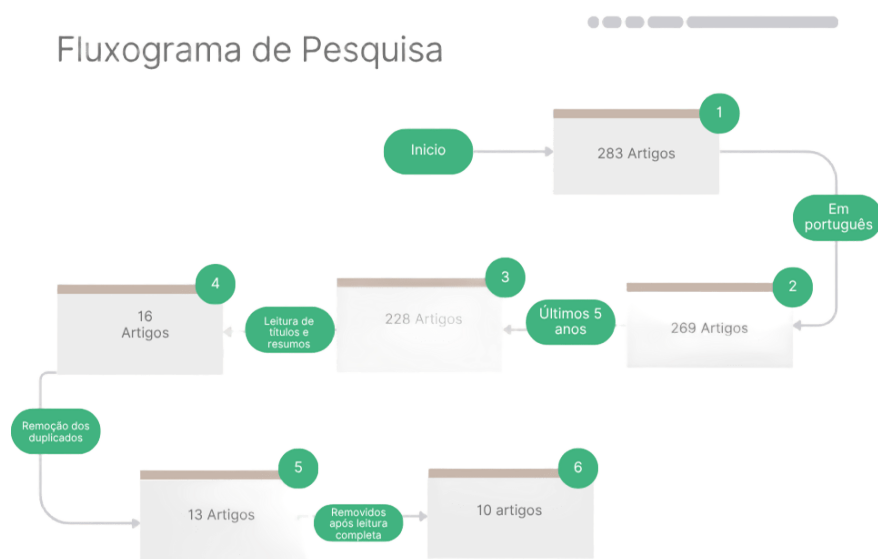
Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos científicos completos, disponíveis gratuitamente, publicados em língua portuguesa nos últimos cinco anos e que abordassem a relação entre hortas comunitárias, promoção da saúde, atenção básica ou qualidade de vida. Foram excluídos estudos duplicados, resumos simples, dissertações, teses, capítulos de livros, artigos incompletos, revisões não relacionadas ao tema e publicações que não respondiam ao objetivo proposto.

Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, os estudos selecionados foram submetidos à leitura exploratória e analítica. Em seguida, as informações foram organizadas em categorias

temáticas, possibilitando a identificação das principais **vantagens** das hortas comunitárias para a promoção da saúde, bem como exemplos de práticas descritas na literatura.

Essa padronização seguiu a análise temática proposta por Braun e Clarke (2006), método qualitativo que consiste na identificação, organização, análise e interpretação de padrões de significado (temas) presentes nos dados. A análise foi conduzida de forma sistemática, contemplando as etapas de familiarização com os dados, geração de códigos iniciais, busca por temas, revisão dos temas, definição e nomeação dos temas e elaboração do relatório final.

Figura 1. Fluxograma de Pesquisa



Fonte: Os Autores (2026)

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a pesquisa realizada foram selecionados 10 artigos que atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos na construção desse trabalho, os quais abordam sobre hortas comunitárias no

contexto urbano e a relação com a saúde da população e a proteção ambiental. Os dados estão dispostos de acordo com título, autor/ano e principais resultados encontrados (Quadro 1).

Quadro 1. Principais resultados dos artigos selecionados

Título	Autor e Ano	Principais Resultados
Efeitos e desempenho produtivo da agricultura urbana na saúde coletiva e ambiental na cidade do Rio de Janeiro, Brasil	Camelo <i>et al.</i> (2023)	O trabalho foi desenvolvido em duas etapas. A primeira consistiu em uma abordagem com emprego do método exploratório descritivo, por meio de visitas de campo. A segunda etapa utilizou a análise envoltória de dados para uma avaliação quantitativa do desempenho produtivo. Os resultados evidenciaram impactos positivos e expressivos da agricultura urbana, incluindo a revitalização de espaços urbanos, a promoção da segurança alimentar e nutricional, a geração de renda, o fortalecimento da educação ambiental e a melhoria da qualidade de vida, contribuindo, assim, para a promoção da saúde ambiental e coletiva das comunidades envolvidas.
Afetividade pessoa-ambiente nas comunitárias: promoção da saúde e sustentabilidade	Chierrito-Arruda <i>et al.</i> (2023)	Foi realizado um estudo qualitativo e exploratório com inspiração etnográfica, envolvendo 40 usuários de hortas comunitárias em Maringá-PR. Os principais resultados evidenciaram que as vivências nas hortas foram marcadas por sentimentos de agradabilidade, pertencimento e restauração, tendo a conexão com a natureza e a interação social como os significados mais frequentemente atribuídos pelos participantes. Concluiu-se que esses aspectos fortalecem a saúde mental e a

		preservação ambiental, permitindo que os participantes atuem como protagonistas na construção de comunidades mais resilientes e saudáveis.
Agrofloresta Urbana Comunitária	Moço e Carboni (2023)	O artigo apresenta o projeto de um sistema agroflorestal urbano (SAF) associado a uma horta comunitária em uma área de 2.500m² no município de Bariri, SP. Os resultados projetados indicam que a iniciativa tem o potencial de revitalizar áreas urbanas abandonadas, promovendo segurança alimentar a da população carente através da oferta de alimentos saudáveis a preços acessíveis. Concluiu-se que o sistema favorecerá a educação ambiental prestação e a de serviços ecossistêmicos, como a redução da temperatura local e a melhoria da infiltração da água da chuva
Hortas comunitárias urbanas, objetivos de desenvolvimento sustentável e assistência no câncer	Mota, Barros, Santos, (2025)	Tratou-se de uma revisão de literatura narrativa com a busca de artigos científicos em revistas e periódicos eletrônicos. Por fim, as hortas urbanas e comunitárias desempenham um papel fundamental na promoção da segurança alimentar, melhorando a qualidade do ar e do solo, educando a população ao fortalecer a consciência ecológica e incentivar a comportamentos mais sustentáveis no cotidiano.
Hortas comunitárias nas Unidades de Saúde de São José dos Campos	Nasr <i>et al.</i> (2022)	O projeto de hortas comunitárias nas unidades de Saúde de São José dos Campos envolveu a comunidade e funcionários que participaram de encontros educativos que envolviam a discussão sobre aspectos em torno da criação e cuidado dessas hortas. O resultado apresentado demonstrou uma contribuição para ampliação de

		repertório alimentar e ampliação do acesso aos alimentos produzidos de forma orgânica além de ser um espaço de convívio e aprendizagem.
A agroecologia no contexto da pandemia de Covid-19: contribuições para a segurança alimentar e nutricional	Padrão <i>et al.</i> (2022)	Foi realizada uma reflexão com base em indicadores sociais, econômicos e de saúde. O estudo identificou que a pandemia agravou a insegurança alimentar no Brasil, atingindo cerca de 116 milhões. Ao analisar a Feira Agroecológica da UERJ e as hortas cariocas, as autoras concluíram que o modelo agroecológico era eficaz na promoção da nutrição, saúde e autonomia das populações vulneráveis.
Promoção da saúde por meio das hortas comunitárias	Pereira <i>et al.</i> (2024)	O estudo consistiu em uma revisão Integrativa da literatura. Como resultado foi demonstrado que as hortas comunitárias incentivam a realização de atividades físicas moderadas auxiliando na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis aprimorando a flexibilidade e a coordenação motora dos participantes. Outra vantagem é a exposição ao Sol essencial para fornecimento de vitamina D, melhoria da qualidade de sono. As hortas comunitárias ajudam a controlar a pressão arterial e os níveis de glicose no sangue. Além disso, entes envolvidos no programa relataram um aumento no bem-estar e uma redução significativa nos sintomas psicológicos, proporcionando uma sensação de realização e satisfação pessoal.
Desenvolvimento sustentável e gênero: mulheres protagonistas	Pilla, Ribeiro, Camargo, (2023)	Foi realizado através de pesquisa bibliográfica, documental e de campo. Tratando-se de uma pesquisa transversal, de cunho quali-quantitativa, realizada a partir de espaços de produção de alimentos. Foi demonstrado que as

na produção de alimentos		hortas urbanas nas áreas mais vulneráveis da cidade promovem o acesso ao consumo de alimentos saudáveis e ao mesmo tempo contribuem ativamente para um desenvolvimento sustentável
A importância da educação nutricional para o desenvolvimento da criança na fase pré-escolar	Sanchez <i>et al.</i> (2023)	Foi realizado um estudo descritivo com abordagem de revisão bibliográfica e documental nas plataformas Pubmed, Scielo e Lilacs, selecionando artigos 12 científicos que atenderam aos critérios de elegibilidade. A pesquisa identificou que as metodologias mais eficazes para a promoção da Educação Alimentar Nutricional envolvem e (EAN) a aproximação com a realidade do aluno por meio de estratégias lúdicas e atividades práticas, como a construção de hortas comunitárias, oficinas culinárias e rodas de conversa. Os resultados evidenciaram que a intervenção nutricional no ambiente escolar é fundamental para o desenvolvimento físico, cognitivo e intelectual das crianças, sendo ferramenta essencial na prevenção de doenças como a obesidade e a subnutrição infantil
Cultivando saúde: O potencial das hortas comunitárias na atenção primária à saúde	Silva et al. (2023)	Foi uma revisão integrativa??? A amostra final contou com 22 estudos. Em síntese os estudos destacam que as hortas comunitárias emergem como uma estratégia multifacetada e vital, contribuindo significativamente para a Promoção e Educação em Saúde, Prevenção a de Doenças, o uso terapêutico por meio do cultivo de plantas medicinais, a geração de renda e a fomentação da socialização comunitária.

Fonte: Os Autores (2026).

3.1. Dificuldades na Implementação das Hortas

Quanto aos desafios e limitações na implementação das hortas comunitárias, os estudos analisados não relataram dificuldades quanto à implantação ou manutenção dessas ações. Esse achado pode ser justificado pelo fato de as hortas comunitárias constituírem uma estratégia de baixo custo, cuja manutenção frequentemente conta com a participação ativa da própria comunidade. Além disso, quando apoiadas por incentivos governamentais e por políticas públicas voltadas à promoção da segurança alimentar e do desenvolvimento comunitário, tendem a apresentar maior viabilidade e sustentabilidade, o que pode explicar a ausência de dificuldades relatadas nos estudos. (Nasr *et al.*, 2022).

3.2. Benefícios das Hortas Comunitárias

As hortas comunitárias oferecem uma gama de vantagens que vão muito além da produção de alimentos, sendo fundamentais para a promoção da saúde, o fortalecimento da segurança alimentar, a proteção ambiental e o desenvolvimento social. Nesse contexto, tais espaços têm sido valorizados como ferramentas que podem ajudar a criar sistemas alimentares mais sustentáveis, especialmente quando alinhados aos princípios da agroecologia e da agricultura familiar. Para além da ampliação do acesso a alimentos frescos e sustentáveis, as hortas comunitárias contribuem para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e para o fortalecimento do direito humano à alimentação adequada (Padrão *et al.*, 2021).

No que tange à alimentação e à nutrição, as hortas comunitárias têm um papel crucial ao possibilitar o acesso a frutas, verduras e legumes frescos, principalmente em comunidades que enfrentam

vulnerabilidade social, já que, muitas vezes, há uma escassez de opções de alimentos saudáveis. Quando as pessoas estão diretamente envolvidas no cultivo dos alimentos, elas passam a conhecer melhor sua origem, como são produzidos e a importância de se ter uma alimentação saudável, também sendo uma forma de educação alimentar e nutricional. Esse contato direto com os alimentos também amplia o repertório alimentar, estimula a ingestão de produtos in natura e diminui a dependência de alimentos ultraprocessados, o que se traduz em mudanças benéficas nos hábitos alimentares (Sanchez *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2023; Pereira *et al.*, 2024; Mota, Barros e Santos, 2025).

Há também, como outro ponto importante, os benefícios à saúde física. As atividades realizadas nas hortas - plantar, capinar, regar e colher - são consideradas exercício físico moderado, que ajuda a prevenir doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão arterial, diabetes e doenças cardiovasculares. Ademais, a prática regular dessas atividades também resulta em um fortalecimento muscular, aprimoramento da coordenação motora, aumento da flexibilidade e preservação da capacidade funcional, principalmente em indivíduos mais velhos. A exposição controlada ao sol enquanto se trabalha na horta também ajuda na produção de vitamina D, que é crucial para a saúde dos ossos e para muitos processos fisiológicos do corpo (Pereira *et al.*, 2024).

Também na literatura se encontram amplamente descritos os benefícios para a saúde mental. O contato regular com a natureza oferece vivências de relaxamento, recuperação psicológica e alívio do estresse do dia a dia. A presença de elementos naturais, como plantas, terra e espaços verdes, promove uma sensação de bem-estar, melhora o humor e ajuda a aliviar sintomas de ansiedade e

depressão. Além disso, o cultivo de plantas ajuda os participantes a cultivarem responsabilidade, propósito e um senso de conquista à medida que veem os frutos de seu trabalho. Pesquisas sugerem também que a jardinagem e a horticultura terapêutica podem aumentar a resiliência emocional e ter um impacto positivo na saúde mental (Chierrito-Arruda *et al.*, 2024; Pereira *et al.*, 2024; Mota, Barros; Santos, 2025).

No aspecto social, as hortas comunitárias promovem a criação de laços entre pessoas e o fortalecimento do pertencimento à comunidade. Esses lugares são espaços de convivência, aprendizado, cooperação e solidariedade, integrando diversos grupos sociais e faixas etárias. A participação contínua dos membros ajuda a construir redes de apoio social, diminuindo a solidão e promovendo uma maior participação cidadã. As hortas também oferecem uma oportunidade de valorização dos saberes populares e de resgate de memórias afetivas ligadas ao cultivo da terra, o que favorece a preservação de conhecimentos tradicionais e culturais (Chierrito-Arruda *et al.*, 2024; Nasr *et al.*, 2023; Mota, Barros e Santos, 2025).

Não se pode esquecer das contribuições ambientais que vêm das hortas comunitárias. A produtiva ocupação de terrenos vagos e de áreas degradadas recupera lugares da cidade que, muitas vezes, estão ligados à imagem de acúmulo de lixo, mato e insegurança. A implementação de práticas agroecológicas leva à preservação do solo, ao aumento da biodiversidade, à conservação dos recursos naturais e à diminuição do uso de insumos químicos que são prejudiciais ao meio ambiente.

Áreas verdes ajudam a regular o microclima da cidade, amenizando o efeito de ilhas de calor, permitindo que a água da chuva infiltre no solo e ajudando a minimizar enchentes. As práticas de compostagem, frequentemente realizadas nesses locais, também ajudam a diminuir a quantidade de resíduos sólidos que vão para os aterros sanitários, favorecendo um manejo ambiental mais sustentável (Moço e Carboni, 2023; Camelo et al., 2023; Chierrito-Arruda *et al.*, 2024; Mota, Barros e Santos, 2025).

Além de seus efeitos sociais, ambientais e de saúde, as hortas comunitárias podem trazer vantagens econômicas. Produzir alimentos, em muitos casos, significa diminuir os gastos da família com alimentação e vender o que sobra, criando oportunidades de geração de renda e inclusão produtiva. Dessa maneira, pessoas que antes contavam apenas com a assistência de programas sociais podem se inserir no mercado de trabalho, o que não só beneficia a economia local, mas também aumenta a sua independência financeira (Camelo *et al.*, 2023).

Diante de tantos benefícios, as hortas comunitárias se tornam tecnologias sociais relevantes para a promoção da saúde integral e da sustentabilidade. Combinando alimentação saudável, educação, conservação do meio ambiente, convivência comunitária e geração de renda, esses lugares têm um enorme potencial para ajudar a melhorar a qualidade de vida das populações urbanas e rurais, principalmente em áreas onde há desigualdades sociais e falta de acesso a alimentos. Dessa forma, promover a criação e a manutenção de hortas comunitárias é uma estratégia importante para o fortalecimento de comunidades mais saudáveis, resilientes e inclusivas.

3.3. Exemplos de Hortas na Prática

No mundo todo existem muitas experiências bem-sucedidas de hortas, retratadas na literatura, e que demonstram o poder de transformação desses projetos, no fortalecimento da comunidade e no aumento do acesso a alimentos saudáveis. Entre os exemplos mencionados, há projetos que foram criados em colaboração com universidades, prefeituras e ONGs, o que evidencia a variedade de abordagens e seus efeitos benéficos.

Dentro do ambiente universitário, os projetos "Feira Agroecológica na UERJ: soberania e segurança alimentar e nutricional no campo e na cidade" e "Hortas Cariocas: produção e oferta de alimentos saudáveis de forma sustentável, sem agrotóxicos em comunidades urbanas" constituem experiências relevantes de extensão universitária voltadas à promoção da alimentação adequada e sustentável. Até mesmo em meio à pandemia de COVID-19, os dois projetos continuaram a funcionar ao adaptarem suas estratégias de atuação. A Feira Agroecológica seguiu apoiando os agricultores familiares e garantindo à população o acesso a alimentos oriundos da prática agroecológica, enquanto o projeto Hortas Cariocas fez investimentos na produção e na divulgação de materiais educativos, em especial cartilhas e conteúdos digitais, para estimular o consumo de alimentos agroecológicos e aumentar a informação sobre os benefícios da chamada "comida de verdade" (Padrão et al., 2021).

Outra experiência citada na literatura é a implementação de uma agrofloresta urbana em Bariri, no interior paulista. A proposta consiste em unir um sistema agroflorestal a uma horta comunitária, mesclando a produção de hortaliças com o plantio de árvores

frutíferas, plantas nativas e leguminosas. Além de restaurar uma área verde que estava sendo pouco utilizada, o projeto teve como objetivo ampliar o fornecimento de alimentos saudáveis a preços acessíveis para a comunidade local. O sistema agroflorestal promoveu biodiversidade, melhorou as condições ambientais do local, permitiu a venda dos produtos cultivados e ainda fortaleceu a segurança alimentar e o desenvolvimento econômico da comunidade (Moço; Carboni, 2023).

No que diz respeito à experiência prática descrita por Pilla, Ribeiro e Camargo (2023), é notável também como as hortas urbanas contribuem para a autonomia econômica feminina. A venda dos produtos cultivados é uma fonte importante de renda complementar para muitas famílias, em especial em comunidades vulneráveis. Nesse sentido, o trabalho realizado nas hortas pode ser um elemento a mais no processo de emancipação das mulheres, visto que possibilita a criação de uma fonte de renda própria e o fortalecimento da valorização do trabalho que é feito. Os autores também notaram que as mulheres eram a maioria nas tarefas de cultivo, o que evidencia a contribuição fundamental das mulheres na produção de alimentos e na estruturação desses espaços coletivos.

Dentre as iniciativas do governo brasileiro, o Programa Hortas Cariocas, que foi desenvolvido pela Prefeitura do Rio de Janeiro, é uma das experiências mais reconhecidas em agricultura urbana. A proposta é incentivar a agricultura sustentável em áreas urbanas, especialmente em comunidades que enfrentam vulnerabilidade social. O projeto, além de oferecer alimentos saudáveis a preços acessíveis, cria hortas em escolas da rede municipal, transformando esses locais em centros de aprendizado sobre alimentação, meio

ambiente e ciências. Em síntese, a proposta integra a produção de alimentos à implementação de práticas educativas e à sensibilização ambiental de estudantes e da população das comunidades assistidas (Camelo et al., 2023).

Outro caso significativo é o projeto de hortas comunitárias que foi instaurado na cidade de São José dos Campos, em São Paulo. Desde 2016, em colaboração com a Atenção Primária à Saúde, o programa implementou hortas em Unidades Básicas de Saúde (UBS), vinculando o cultivo alimentar a iniciativas de educação em saúde. Foram realizados encontros educativos que discutiam questões relacionadas à alimentação saudável, sustentabilidade e qualidade de vida, envolvendo dezenas de unidades de saúde e centenas de participantes. Isso demonstra como as hortas comunitárias podem ser integradas às políticas públicas de saúde, atuando como espaços que promovem a saúde, fortalecem os laços comunitários e estimulam a participação social (Nasr et al., 2022).

De maneira geral, os casos documentados na literatura evidenciam que as hortas comunitárias podem ter diversos formatos e finalidades, adaptando-se às particularidades de cada território. Independentemente do modelo, essas iniciativas têm em comum o foco na segurança alimentar, o incentivo à agroecologia, a revitalização de áreas urbanas deterioradas, a geração de renda e o fortalecimento dos laços comunitários. As evidências voltam mais uma vez a indicar, portanto, que as hortas comunitárias são estratégias que se mostram eficazes na construção de cidades sustentáveis, saudáveis e socialmente inclusivas.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão integrativa evidenciou que as hortas comunitárias representam uma estratégia efetiva de promoção da saúde na Atenção Primária, proporcionando benefícios que ultrapassam a produção de alimentos, mas incluem também na segurança alimentar e nutricional, a promoção de hábitos saudáveis, a prevenção de doenças crônicas, a saúde mental, a educação em saúde, a preservação ambiental e o fortalecimento da participação social, corroborando seu potencial como ferramenta intersectorial de promoção da saúde

Percebe-se também que as experiências de hortas desenvolvidas em Unidades Básicas de Saúde, escolas e projetos de agricultura urbana demonstram a viabilidade da incorporação das hortas comunitárias às políticas públicas.

Contudo, embora os estudos analisados apontem inúmeros benefícios, verifica-se a necessidade de ampliar pesquisas de campo que avaliem a efetividade dessas iniciativas em diferentes contextos brasileiros, bem como investigar aspectos relacionados ao financiamento, à gestão, à manutenção das hortas e ao impacto ao longo prazo sobre os indicadores de saúde da população.

Assim, considera-se que as hortas comunitárias, sobretudo quando realizadas com perspectiva agroecológica, constituem uma importante tecnologia social de baixo custo, capaz de integrar ações de promoção da saúde, educação alimentar, sustentabilidade ambiental e inclusão social. Dessa forma, recomenda-se o fortalecimento de políticas públicas que incentivem sua implantação e manutenção, especialmente no âmbito da Atenção Primária à Saúde, contribuindo para a consolidação de comunidades mais saudáveis, participativas e sustentáveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEGON, Michael; TOWNSEND, Colin R; HARPER, John L. **Ecologia: De indivíduos a Ecossistemas**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007. 659 p. ISBN 978-85-363-0884-5.

BRASIL. Câmara dos Deputados. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, 1988. 186 p. v. 1. ISBN 978-65-5676-423-8

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentação para população brasileira**. 2. ed. Brasília, 2014. 158 p. v. 1. ISBN 978-85-334-2176-9. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 2 jul. 2026.

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. *Using thematic analysis in psychology*. **Qualitative Research in Psychology**, v. 3, n. 2, p. 77–101, 2006. DOI: 10.1191/1478088706qp063oa. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1191/1478088706qp063oa>. Acesso: 2 jul. 2026

CAMELO, Raphaela Soares da Silva *et al*. Efeitos e desempenho produtivo da agricultura urbana na saúde coletiva e ambiental na cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva** , v. 28, n. 7, p. 2015-2024, 2023. DOI 10.1590/1413-81232023287.12252022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/wchdxTNXCzPGv67zTbFnByw/?lang=pt>. Acesso em: 2 jul. 2026.

CHIERRITO-ARRUDA, Eduardo *et al*. Afetividade pessoa-ambiente nas hortas comunitárias: promoção da saúde e da

sustentabilidade. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 48, n. 141, abr-jun 2024. DOI 10.1590/2358-289820241418732P. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/r9YfdFWKTXcnYkFH7BqdLVz/?lang=pt>. Acesso em: 2 jul. 2026.

Habitat Brasil. Horta comunitária: conheça o que é e o exemplo da ocupação 9 de julho. **Habitat para a humanidade Brasil**. 2022. Disponível em: <https://habitatbrasil.org.br/horta-comunitaria-ocupacao-9-de-julho/>. Acesso em: 2 jul. 2026.

MATTA, Gustavo Corrêa; MOROSINI, Márcia Valéria Guimarães. ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. *In*: PEREIRA, Isabel Brasil; LIMA, Júlio César França (org.). **Dicionário da educação profisisonal em saúde**. Rio de Janeiro: EPSJV, 2007. v. 1, cap. 2, p. 44-50. ISBN 978-85-987-36-6. Disponível em: https://www.epsjv.fiocruz.br/upload/d/Atencao_Primaria_a_Saude_-_recortado.pdf. Acesso em: 2 jul. 2026.

MOÇO, Vitória Maria Domingues; CARBONI, Marina. Agrofloresta Urbana Comunitária. **Fatecnologia**, Jahu, v. 17, n. 1, p. 61-78, jan/jun 2023. DOI 10.54628/issn2763-5600.v17.1.2023.225. Disponível em: <https://fatecjahu.edu.br/ferramentas/ojs/index.php/revista/article/view/225>. Acesso em: 2 jul. 2026.

MOTA, Amanda Gonçalves; BARROS, Hemily Torres; SANTOS, Alexsandro Ferreira dos. Hortas comunitárias urbanas, objetivos de desenvolvimento sustentáveis e assistência no câncer. **Caderno pedagógico**, Curitiba, v. 22, n. 2, p. 1-21, 2025. DOI 10.54033/cadpedv22n2-014. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/13435>. Acesso em: 2 jul. 2026.

NASR, Elizabeth Maria Bismarck *et al.* Hortas Comunitárias nas Unidades de Saúde de São José dos Campos. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 5, n. 2, p. 6914-6923, 2022. DOI 10.34119/bjhrv5n2-259. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/46718>. Acesso em: 2 jul. 2026.

PADRÃO, Susana Moreira *et al.* A agroecologia no contexto da pandemia de Covid-19: contribuições para a segurança alimentar e nutricional. **Interagir: Pensando a Extensão**, Rio de Janeiro, n. 32, p. 56-67, jul/dez 2021. DOI 10.12957/interag.202261415. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/interagir/article/view/61415>. Acesso em: 2 jul. 2026.

PEREIRA, Flávia Taíssa *et al.* Promoção da saúde por meio de hortas comunitárias. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 10, n. 12, p. 3248 - 3258, 2024. DOI 10.51891/rease.v10i12.17508. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17508>. Acesso em: 2 jul. 2026.

PILLA, Maria Cecília; RIBEIRO, Cilene da Silva Gomes; CAMARGO, Taciane Eloisa de. Desenvolvimento sustentável e gênero: mulheres protagonistas na produção de alimentos. **Ágora**, Santa Cruz do Sul, v. 25, n. 2, p. 67-85, julho-dezembro 2023. DOI 10.17058/agora.v25i2.18723. Disponível em: <https://seer.unisc.br/index.php/agora/article/view/18723>. Acesso em: 2 jul. 2026.

SANCHEZ, Alzineide Gomes da Cruz *et al.* A importância da educação nutricional para o desenvolvimento da criança na fase pré-

escolar. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 12, p. 1-15, 2023. DOI 10.33448/rsd-v12i12.43977. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/43977>. Acesso em: 2 jul. 2026.

SILVA, Simone Romão da *et al.* Cultivando a Saúde: O potencial das hortas comunitárias na atenção primária a Saúde. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 9, n. 11, p. 3307-3322, 2023. DOI 10.51891/rease.v9i11.12593. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12593>. Acesso em: 2 jul. 2026.

SOBREIRA, Eliane Nogueira Santos *et al.* A contribuição das unidades básicas de saúde (UBS) no fortalecimento do SUS. *In*: NETA, Idalia Salvadora. **Atenção primária à saúde**: Promoção, prevenção, diagnóstico e implementação de cuidados. 3. ed.: Academic, 2024. v. 1, cap. 7, p. 1-8. ISBN 978-65-981699-9-2. Disponível em: <https://editoraacademic.com.br/post-artigo/?artigo=704>. Acesso em: 2 jul. 2026

SOUSA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. *Integrative review: what is it? How to do it?*. **Einsten**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 1-5, 2010. DOI 10.1590/S1679-45082010RW1134. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?lang=en>. Acesso em: 2 jul. 2026.

ZEEUW , Henk de. *Key note paper for the International Conference "Urban Agriculture, Agro-tourism and City Region Development"*, Beijing, 10-14 October, 2004. **RUAF Foundation**, 2004. Conferência

Internacional "Agricultura Urbana, Agroturismo e Desenvolvimento da Região Urbana", Pequim, 10-14 de outubro de 2004.