

INTERESSE DA POPULAÇÃO PELA JARDINAGEM DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL NA PANDEMIA DA COVID-19

Recebido em: 01/12/2021

Aprovado em: 25/04/2022

Licença: 

Leandra Matos Barrozo

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

Beatriz Sousa de Miranda

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

Tatiane Scilewski da Costa Zanatta

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

Joel Cabral dos Santos

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

Kellen Pereira Lima Araújo

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

Adriana Araújo Diniz

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

Francisco Charles dos Santos Silva

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Balsas
Balsas – MA – Brasil

RESUMO: Métodos associados à jardinagem tornaram-se uma boa alternativa de lazer para lidar com o isolamento social e as dificuldades geradas pela pandemia da COVID-19. Com este estudo objetivou-se avaliar motivação da população para a prática da jardinagem antes e durante o isolamento social e suas principais contribuições. A coleta de dados foi realizada através de um questionário contendo 23 questões, e divulgado via internet. Os dados obtidos foram tabulados em planilha de Excel e posteriormente alguns dados foram analisados com o auxílio do *software* estatístico R versão 4.1.0 para Windows. Diante do presente estudo foi possível observar que a população acredita que o cultivo de plantas em casa melhora a qualidade de vida durante o confinamento da COVID-19, sendo uma opção de lazer onde muitos se beneficiaram, seja de forma física ou emocional, pelo contato com a natureza.

PALAVRAS-CHAVE: Atividades de lazer. Jardins. Quarentena.

**POPULATION'S INTEREST IN GARDENING DURING SOCIAL ISOLATION
IN THE COVID-19 PANDEMIC**

ABSTRACT: Methods associated with gardening have become a good leisure alternative to cope with social isolation and the difficulties generated by the pandemic of COVID-19. With this study we aimed to evaluate the population motivation to practice gardening before and during social isolation and its main contributions. The collecting of data was done through a questionnaire containing 23 questions, and disseminated via Internet. The data collected was tabulated in Excel spreadsheet and later some data were analyzed with the assistance of the statistical software R version 4.1.0 for Windows. In this study it was possible to observe that the population believes that growing plants at home improves the quality of life during the COVID-19 confinement, being a leisure option where many benefited, physically or emotionally, from the contact with nature.

KEYWORDS: Leisure activities. Gardens. Quarantine.

Introdução

A pandemia causada pela doença do coronavírus (SARS-CoV-2) foi determinada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020 (WHO, 2020). Por conta da rápida transmissão e contaminação da doença, e da falta de medidas terapêuticas e preventivas, a OMS recomendou a adoção de algumas práticas como higienização das mãos, uso de máscaras, limpeza de ambientes e superfícies, proibição do funcionamento de comércios, escolas, locais públicos e outros ambientes onde pudesse haver riscos de aglomerações (GARCIA; DUARTE, 2020).

Dentre as intervenções de saúde pública, o isolamento social foi considerado a mais eficaz, pois é uma estratégia estabelecida pela OMS que visa a diminuição da curva de crescimento do vírus, evitando a disseminação rápida e aumento dos números de casos, para proteger a capacidade dos sistemas de saúde (PEREIRA; LIRA e SOUZA JÚNIOR, 2020).

Dessa forma, o isolamento social modificou de forma significativa o comportamento das pessoas em relação às suas rotinas, trabalhos, ambiente familiar e atividades físicas (OLIVEIRA NETO *et al.*, 2020). Essas mudanças podem ser decisivas para explicar as alterações que tem ocorrido no bem-estar e na saúde da população durante o isolamento social (AYMERICH-FRANCH, 2020). As pessoas passaram a vivenciar sensações recorrentes de impotência, angústia, tristeza, irritabilidade e estresse (NOAL; PASSOS e FREITAS, 2020).

Tornou-se necessário a ressignificação de alguns conceitos de lazer durante o período de isolamento social, tendo em vista que as formas tradicionais dessas experiências foram abaladas pelo fechamento de espaços de convivência, ginásios, quadras, entre outros espaços públicos e privados (TEODORO *et al.*, 2020). Neste contexto, praticar atividades como a jardinagem, horticultura e a simples contemplação de jardins podem servir como grandes aliados para preservar e ajudar na recuperação da saúde durante esse período (REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020).

Segundo Lades *et al.* (2020) a jardinagem é uma atividade bastante eficaz que serve para aliviar as sensações desagradáveis geradas pelo isolamento social, trazendo um melhor bem-estar. Manter uma planta, além de ser considerada por muitos uma atividade bastante agradável, contribui para focar a mente em uma tarefa específica, ajudando na concentração e desviando a atenção de problemas relacionados à Covid-19 (PÉREZ-URRESTARAZU *et al.*, 2020).

Além disso, a jardinagem pode ser considerada uma atividade de lazer, levando em consideração o conceito proposto por Dumazedier (1980) que define o lazer como atividades que os indivíduos realizam por vontade própria, e que são contrárias às obrigações familiares, profissionais e sociais. O autor classificou as atividades de lazer em diferentes áreas de interesse (físicos, manuais, artísticos, intelectuais e sociais), e a

jardinagem se enquadra dentro dos interesses manuais, por ser uma atividade que envolve o prazer em manusear, transformar e explorar a natureza (DUMAZEDIER, 1980).

Segundo um estudo realizado por Ribeiro *et al.* (2020), dos interesses manuais, a atividade de cuidar de jardins e hortas continuou sendo uma das práticas incluídas na rotina da população mesmo durante a quarentena. Há muito tempo as plantas são utilizadas para satisfazer as necessidades humanas, cumprindo seu papel na nutrição, fornecimento de vitaminas, oxigênio, fitoquímicos medicinais, entre outros (ODEH; GUY, 2017). Porém, elas são cultivadas não somente pelo uso como produtos vegetais, mas também pelas características estéticas e sensoriais desejadas (REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020).

A percepção da população sobre os benefícios das práticas de jardinagem tem gerado uma motivação para o aumento de compra e cultivo de plantas, e além de melhorar a qualidade de vida, isso traz um resultado bastante positivo para o mercado de jardinagem, impulsionando as vendas e valorizando o setor.

Diante disto, objetivou-se com este trabalho estudar a motivação da população pela prática da jardinagem antes e durante o isolamento social e suas principais contribuições.

Metodologia

O trabalho desenvolvido foi de natureza mista (quali-quantitativo) com finalidade descritiva, por meio do método de levantamento (Survey), que objetiva coletar dados e informações baseados nas características e opiniões de um determinado grupo de indivíduos.

O tipo de amostragem configurou-se como não probabilística por conveniência e de composição heterogênea, pois reuniu dados em meio à população, principalmente

entre aqueles que residem na cidade de Balsas-MA e que dispõem de algum equipamento digital com acesso à internet.

A pesquisa foi realizada através de questionário contendo 23 questões, sendo 22 objetivas e 1 subjetiva, de participação voluntária e com apresentação de um termo de consentimento contendo a descrição da natureza da pesquisa, justificativa, objetivos e métodos utilizados. Cada participante foi informado sobre a pesquisa, tendo a possibilidade de desistir a qualquer momento, sem prejuízos, e com privacidade e confidencialidade garantidas. Inicialmente houve a validação deste questionário, onde 20 pessoas com características diferentes o responderam, para que este fosse reavaliado e corrigido, caso houvesse necessidade.

O instrumento de coleta foi construído na plataforma Formulários Google® e divulgado via internet, por meio dos aplicativos e redes sociais, como WhatsApp, Instagram, e Twitter, entre os dias 24 de maio a 18 de junho de 2021, e contou-se com a participação de 400 respondentes

Foram avaliadas questões referentes ao perfil socioeconômico dos respondentes, contendo as variáveis de sexo, idade e escolaridade, perguntas referentes às condições de habitabilidade como o número de pessoas na residência, tipo de imóvel e os espaços disponíveis, questões referentes à jardinagem contendo variáveis como o nível de interesse, a quantidade de plantas que possui e o tipo de vegetação, além de questões referentes ao cultivo de plantas antes e durante o isolamento social e seus possíveis benefícios.

Para analisar as questões em que os respondentes podiam assinalar mais de uma opção utilizou-se o método de Nuvem de Palavras, que consiste em uma representação visual da frequência e do número de inserção dos termos, possibilitando a identificação rápida dos termos chaves do estudo.

Os dados obtidos foram tabulados em planilha de Excel, alguns analisados por meio do software estatístico R versão 4.1.0 para Windows (SMITH, 2020), além da realização da análise gráfica de dados por meio do Excel.

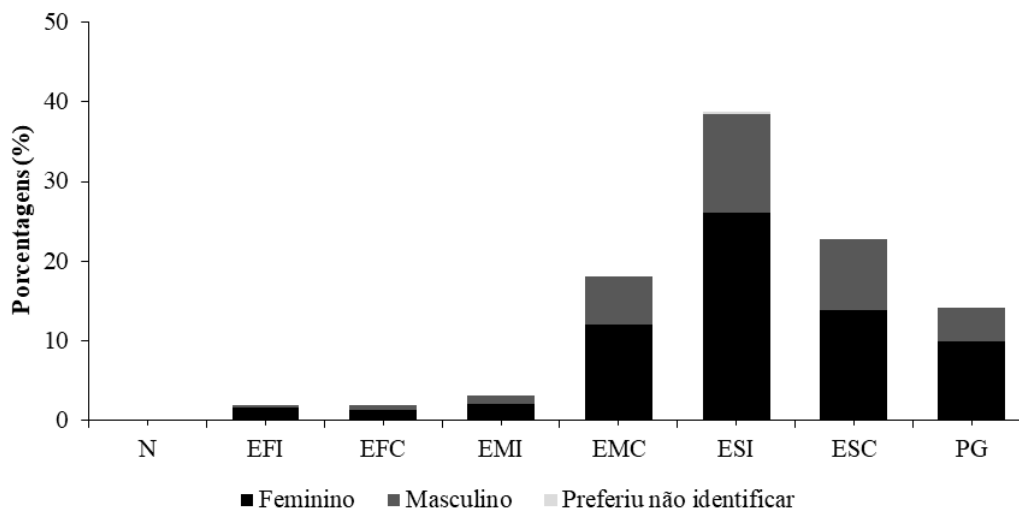
Resultados e Discussão

Do total de 400 respostas da amostra, 66,3% (n=265) dos respondentes eram do sexo feminino, 33,5% (n=134) do masculino e 0,3% (n=1) preferiu não identificar o gênero (Figura 01).

Sobre o nível de escolaridade, a pesquisa não pretendia atingir nenhum segmento social em específico, porém, como pode-se observar na Figura 01, a maioria dos respondentes (38,8%; n=155) afirmaram ter ensino superior incompleto, enquanto 22,8% (n=91) possuíam ensino superior completo, 18% (n=72) ensino médio completo e 14% (n=56) pós-graduação.

Outros níveis de escolaridades, como ensino médio incompleto (3%; n=12), ensino fundamental incompleto (1,8%; n=7) e ensino fundamental completo (1,8%; n=7) mostraram-se menos comuns entre as respostas, e nenhum dos respondentes apresentou-se sem escolaridade.

Figura 01: Distribuição da população amostrada por gênero e escolaridade.



Legenda: N = Nenhuma escolaridade; EFI = Ensino Fundamental Incompleto; EFC = Ensino Fundamental Completo; EMI = Ensino Médio Incompleto; EMC = Ensino Médio Completo; ESI = Ensino Superior Incompleto; ESC = Ensino Superior Completo; PG = Pós-Graduação.

Devido à maior predominância do gênero feminino na pesquisa, presume-se que o público feminino possui um maior interesse pela jardinagem, sendo consideradas protagonistas no que diz respeito à compra e cultivo de plantas.

É importante ressaltar que no Brasil muitas das atividades dentro do ambiente doméstico ainda são destinadas exclusivamente às mulheres, e a pandemia lhes trouxe ainda mais sobrecargas por terem que cuidar da casa, dos filhos e das suas obrigações no trabalho remoto (MACEDO, 2020; LEMOS; BARBOSA e MONZATO, 2020).

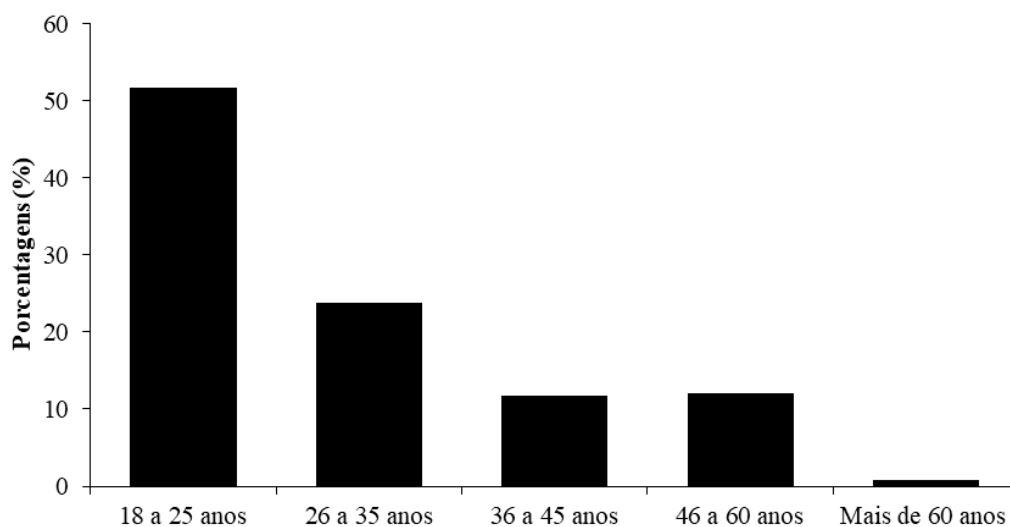
Diante disto, para a população do sexo feminino, a jardinagem funciona muitas vezes como refúgio para lidar com as incertezas e pressões do dia-a-dia, pois segundo Ambrose *et al.* (2020), em um estudo onde mediu-se o bem-estar emocional durante a jardinagem doméstica em comparação com outras atividades de lazer mulheres envolvidas na jardinagem doméstica experimentaram um maior bem-estar emocional do que os homens. Um estudo realizado por Larizzatti, Barros e Hirota (2017) mostrou

resultados que relacionam uma melhora na qualidade de vida de pessoas do gênero feminino quando possuem uma maior prática de lazer.

A jardinagem sempre foi vista como fazendo parte do universo feminino, porém, trata-se de uma atividade que não está intimamente relacionada ao gênero, visto que esse comportamento está se modificando aos poucos entre a população e muitas pessoas do sexo masculino têm se interessado pela prática desta atividade (CADORE *et al.*, 2016).

Em relação à faixa etária, 51,8% (n=207) dos respondentes possuía de 18 a 25 anos, 23,8% (n=95) de 26 a 35 anos, 12% (n=48) de 46 a 60 anos, 11,8% (n=47) de 36 a 45 anos e apenas 0,8% (n=3) possuía mais de 60 anos (Figura 02).

Figura 02: Distribuição da população amostrada por faixa etária.



Com esse resultado rompe-se o estereótipo de que a jardinagem é apenas para pessoas idosas, uma vez que mais de 50% das respostas foram obtidas da faixa etária entre 18 e 25 anos. De acordo com uma pesquisa realizada com 2.000 pessoas pela empresa Draper Tools (2021), no Reino Unido, os resultados indicam que a jardinagem está passando por uma transformação, sendo bastante popular entre os jovens de 18 a 34 anos durante o confinamento.

Na maioria dos casos, a residência é habitada por 1 a 3 pessoas (50,8%; n=203), embora de 4 a 6 pessoas também seja muito frequente (48,3%; n=193). Quanto ao tipo de imóvel em que residem os respondentes, 90,8% (n=363) residem em casas, 6,8% (n=27) em apartamentos e apenas 2,5% (n=10) em casa em condomínio fechado (Figura 03). Esses valores aproximaram-se da média nacional, pois de acordo com o Censo Demográfico (2010), no Brasil há um predomínio de domicílios particulares permanentes (99,8%), onde 86,9% são do tipo casa e 10,7% são do tipo apartamento.

Figura 03: Tipo de imóvel em que residem os respondentes.



Desde o período colonial até as primeiras décadas do século XX, muitas residências brasileiras possuíam uma extensa área de terra arborizada usada de maneira utilitária, ou seja, um quintal (TOURINHO; SILVA, 2016). Por esse motivo, as casas geralmente possuem espaços amplos, que permitem implantação de jardins em ambientes externos e o uso de uma grande variedade de espécies, inclusive arbóreas.

Para aqueles que moram em apartamentos, com pouco espaço ou sem nenhum espaço externo, além do uso de vasos é possível utilizar técnicas mais sofisticadas, como jardins verticais e as paredes verdes, que são adaptadas para pequenos espaços

principalmente para decoração de paredes e telhados, permitindo o uso eficiente das áreas disponíveis (CHOYAL; GARHWAL e KUMAR, 2020).

No caso de condomínios fechados, em áreas comuns, os jardins e outros espaços verdes são importantes para o convívio e envolvem a responsabilidade de todos os moradores para manutenção e preservação (SECOVI, 2016). Porém, de acordo com a Lei nº 10.406 do Código Civil (2012), alguns ambientes configuram-se como propriedade exclusiva, podendo ser alterada livremente pelo proprietário, inclusive para implantação de jardins.

Para análise dos espaços disponíveis para jardim na residência utilizou-se o Método Nuvem de Palavras (NP), que mostra a frequência em que os termos foram selecionados. Os termos de maiores destaques foram quintal e varanda/terraço, respectivamente (Figura 04).

Figura 04: Nuvem de Palavras (NP) que expressa os espaços disponíveis para implantação de jardim na residência dos respondentes



Segundo Tourinho e Silva (2016), os quintais são muito comuns nas habitações brasileiras, destinados principalmente ao cultivo de plantas e criação de animais, além de serem lugares tradicionais para lazer, conforto térmico, tradição, cultura, descanso e interação social.

No universo amostrado, 50% (n=200) dos respondentes disseram possuir jardim horizontal em casa, como por exemplo, canteiros e vasos dispostos no chão. Destes,

74,5% (n=149) possuem quintal em suas residências, isso explica a disponibilidade de espaço existente para a implantação desse tipo de jardim.

Os dados revelam que 26,5% (n=106) dos respondentes afirmaram que não possuem nenhum tipo de jardim, mesmo tendo algum tipo de vegetação em casa. Os jardins podem sofrer variações na sua composição e estrutura dependendo da localização, condições de habitabilidade e exigências do proprietário (NIEMEYER, 2019). Isso mostra como a organização de um jardim varia muito, pois depende da relação que o indivíduo possui com a natureza, do seu senso estético e seus costumes. Dos respondentes 19.3% (n=77) afirmaram possuir tanto jardim vertical como horizontal, e 4,3% (n=17) possuem apenas jardim vertical.

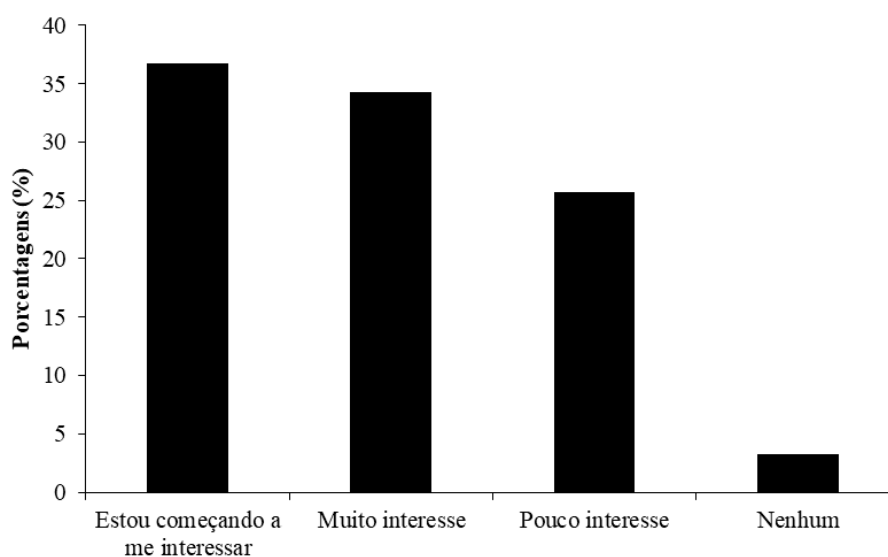
Em relação às condições de luminosidade na residência, 50% (n=200) dos respondentes relataram que suas casas recebem luz solar suficiente para o cultivo de plantas e 43,5% (n=174) recebem bastante. Segundo dados relatados em uma pesquisa por Beute e Kort (2018), a presença de luz natural em casa contribui significativamente para melhorar o bem-estar emocional no cotidiano do indivíduo e, além disso, a luz solar serve como uma fonte de energia para a realização da fotossíntese do vegetal, pois regula diversos processos do seu desenvolvimento, que vão desde a germinação da semente até o desenvolvimento de frutos (TAIZ *et al.*, 2017).

Dos respondentes, 5,8% (n=23) afirmaram que suas residências recebem pouca luz solar e em 0,8% (n=3) dos casos não recebem nenhuma luz natural. Nesses ambientes o cultivo de plantas não é impossível, mas é importante se atentar ao fato de que as espécies vegetais possuem demandas diferentes de tempo e intensidade de exposição à luz solar (SENAR, 2018). Por mais que existam na jardinagem as chamadas plantas de sombra, que conseguem se desenvolver em ambiente sem luz solar direta,

ainda assim elas necessitam de muita claridade natural para sobreviverem (COSTA, 2017).

Em relação ao nível de interesse pela jardinagem, 36,8% (n=147) dos respondentes relataram que estão começando a se interessar e 34,3% (n=137) possuem muito interesse (Figura 05).

Figura 05: Nível de interesse dos respondentes pela jardinagem.



Esses resultados estão relacionados principalmente ao fato de que com o surgimento da pandemia as pessoas precisaram passar mais tempo em casa, e com isso optaram pela jardinagem como uma das principais alternativas para enfrentar o isolamento social, pois além de contribuir para a estética e beleza dos espaços residenciais, o cultivo de plantas contribuem para um maior bem-estar, e estimula a criatividade e a felicidade (REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020). Além disso, um estudo realizado por Teodoro *et al.* (2020), mostrou que a maioria dos respondentes (79%) afirmou ter tempo disponível para a prática do lazer durante o isolamento social.

Dentre os respondentes, 25,8% (n=103) declaram estar pouco interessados e apenas 3,3% (n=13) não possuem interesse algum. Resultados semelhantes foram encontrados por Pérez-Urrestarazu *et al.* (2020), em uma pesquisa realizada com 4205

pessoas na pandemia da Covid-19, a maioria mostrou-se bastante (38,5%) ou muito (28,3%) interessada pela jardinagem, enquanto a minoria demonstrou pouco (19,1%) ou nenhum interesse (5,8%).

Segundo um estudo realizado por Pérez-Urrestarazu *et al.* (2020), entrevistados espanhóis e brasileiros de 18 a 25 anos experimentaram mais frequentemente emoções negativas no período de confinamento. Diante disto, a jardinagem tem se tornado uma grande aliada para combater esses sentimentos e melhorar o bem-estar da população mais jovem, já que 47,5% (n=135) dos que afirmaram ter muito interesse ou que estão começando a se interessar pela jardinagem, possuem entre 18 a 25 anos de idade.

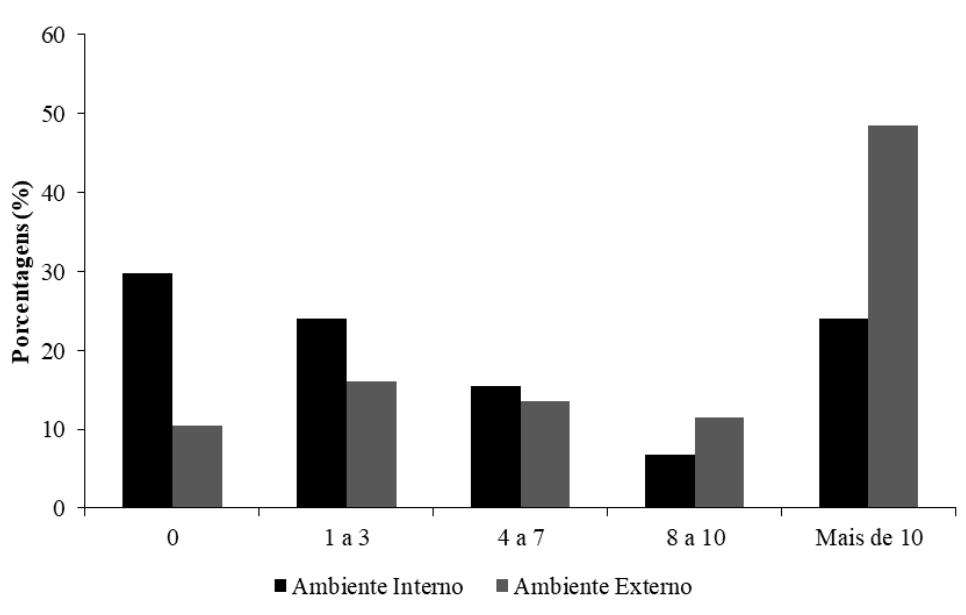
Ao serem questionados sobre a quantidade de plantas que possuíam no ambiente interno das residências, 29,8% (n=119) afirmaram não ter nenhuma planta dentro de casa, enquanto 24% (n=96) possuem de 1 a 3, 24% (n=96) possuem mais de 10, 15,5% (n=62) possuem de 4 a 7 e 6,8% (n=27) possuem de 8 a 10 (Figura 06). As plantas cultivadas em ambientes internos geralmente são utilizadas para a decoração de diversos cômodos da casa, como salas, quartos, cozinhas e até mesmo banheiros, porém, pode-se perceber que ainda é um método pouco comum entre os respondentes.

Uma tendência que tem crescido é a chamada *Urban Jungle*, termo em inglês para selva urbana, onde o indivíduo possui liberdade para criar uma composição com plantas de diferentes texturas, alturas e cores mesmo em um pequeno espaço interno, dando um aspecto único e cheio de charme ao ambiente (GONZATTO *et al.*, 2019).

Observou-se uma clara preferência da população por ter plantas ao ar livre, visto que 48,5% (n=194) possuem mais de 10 plantas em ambiente externo, 16% (n=64) possuem de 1 a 3, 13,5% (n=54) possuem de 4 a 7, 11,5% (n=46) possuem de 8 a 10 e apenas 10,5% (n=42) relataram não possuir nenhuma planta (Figura 06). Isso acontece

provavelmente pelo espaço disponível, levando em consideração que a maioria relatou possuir quintais e varandas/terraços em suas residências.

Figura 06: Quantidade de plantas em ambientes internos e externos.



Em relação às formas de implantação de vegetação nas residências, os termos de maiores frequências foram plantas em vasos e canteiros (Figura 07).

Figura 07: Nuvem de Palavras (NP) que expressa as formas de implantação de vegetação nas residências dos respondentes.



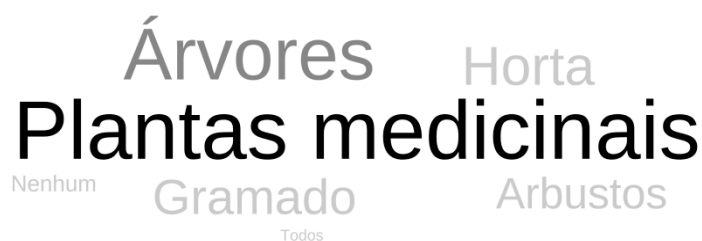
Muitos têm procurado formas alternativas de inserir plantas em seu ambiente de vida, e maioria tem conseguido isso através de técnicas tradicionais como o uso de vasos, por ter uma maior flexibilidade para movê-los dentro de casa e por possuir grandes possibilidades de combinações, e o uso de canteiros, seja em ambientes internos

ou externos, devido ao baixo custo de implantação (PÉREZ-URRESTARAZU *et al.*, 2020; REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020).

Outras formas como paredes vivas e plantas trepadeiras/penduradas em telas ou pergolados foram menos frequentes, mostrando-se opções menos populares.

No que diz respeito aos tipos de vegetação existentes nas residências, os termos de maiores frequências foram plantas medicinais e árvores (Figura 08).

Figura 08: Nuvem de Palavras (NP) que expressa os tipos de vegetação existentes nas residências dos respondentes.



De acordo Valeriano, Savani e Silva (2019) o uso de plantas fitoterápicas é bastante comum, principalmente pelos conhecimentos que são transmitidos oralmente de geração a geração. De acordo com uma entrevista realizada por Vieira e Leite (2018) no Nordeste, há um conhecimento popular a respeito das plantas fitoterápicas e da utilização delas para o tratamento de enfermidades, e por isso a população costuma realizar o cultivo dessas plantas em seus quintais e repassar as informações a respeito da eficácia dos medicamentos.

Além disso, Braga e Silva (2021) relataram intensificação do consumo de plantas e produtos fitoterápicos durante a pandemia de COVID-19, algo que está relacionado à busca pela manutenção do sistema imunológico saudável, evitando contaminações pelo vírus.

Outra opção bastante comum são as árvores, pois o cultivo de plantas em quintais domésticos ainda é um hábito comum na vida dos brasileiros, principalmente frutíferas usadas na alimentação diária (BARBOSA, 2018). E além de servir como

complemento para a alimentação familiar, muitas vezes serve como uma fonte de economia para os produtores (SILVA, 2018).

Em relação ao conhecimento de técnicas básicas para o cuidado das plantas, 39,5% (n=158) afirmaram que ainda estão aprendendo, 32,3% (n=129) já possuem algum conhecimento e 28,3% (n=113) não possuem conhecimento sobre essas técnicas.

De acordo com dados apresentados pela plataforma YouTube, no ano de 2020, 91% dos consumidores afirmaram que a plataforma os ajudou a aprender e aperfeiçoar uma habilidade de interesse, e houve mais de 16 milhões de *views* nas buscas por vídeos relacionados à jardinagem em casa, onde termos como “horta”, “cultivo”, “plantas” e “em casa” foram comuns nas buscas durante o período de confinamento (CAMPOS; MORESCHI, 2020).

No setor da floricultura e do paisagismo a interação por meio das redes sociais tem ocorrido bastante no período da pandemia e diversos profissionais aproveitaram para criar conteúdo que incentivem a população a buscar aprendizado e aprimoramento neste ramo, tanto para aqueles que não possuem nenhum conhecimento como para os que buscam aprimoramento profissional (REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020).

Quanto ao investimento em produtos, equipamentos e ferramentas para jardinagem, 51,8% (n=207) afirmaram que investem, mas pouco, e 40,5% (n=162) não costumam investir. Isso acontece provavelmente porque muitos costumam fazer o uso de utensílios improvisados na jardinagem, como por exemplo, talheres velhos, tesoura comum, latas, potes plásticos, insumos caseiros, jornais, papelão, entre outros produtos que podem ser reutilizados (COSTA, 2017). Porém, há aqueles que preferem investir bastante nesses itens (7,8%; n=31), para que suas plantas recebam os cuidados adequados.

Antes do isolamento social, 42,5% (n=170) dos respondentes não costumavam dedicar nenhum tempo diariamente para o cuidado de suas plantas, 40% (n=160) dedicavam menos de 30 minutos, 12,8% (n=51) mais de 30 minutos e apenas 4,8% (n=19) dedicavam mais de 1 hora por dia.

Porém, durante o período de confinamento esta situação mudou bastante e mais pessoas passaram a se dedicar à jardinagem. Dos 42,5% (n=170) que não dedicavam nenhum tempo, 62,9% (n=107) mudaram seus hábitos durante a pandemia e passaram a dedicar algum tempo para esta atividade. Pérez-Urrestarazu *et al.* (2020), relataram em uma pesquisa que metade da população entrevistada passou a dedicar mais tempo no cuidado de plantas durante o isolamento social, devido à maior disponibilidade de tempo livre e aos benefícios proporcionados pelas plantas. Em uma pesquisa realizada por Teodoro *et al.* (2020), a população amostrada passou a utilizar em média 01h12min diários para o lazer manual, envolvendo atividades de manipulação de objetos e da natureza, e em torno de 04h35min semanais para a prática da jardinagem durante o isolamento social.

O isolamento social fez com que as pessoas buscassem novas formas de transformar os seus lares em ambientes mais acolhedores, confortáveis e aconchegantes através do cultivo de plantas.

Ao serem questionados sobre o conhecimento que tinham das contribuições das plantas para a qualidade de vida, 86% (n=344) disseram ter conhecimento à respeito dessas contribuições, 13% (n=52) disseram que já ouviram falar, apesar de conhecer pouco sobre essas contribuições, e apenas 1% (n=4) afirmaram não ter nenhum conhecimento sobre esse assunto.

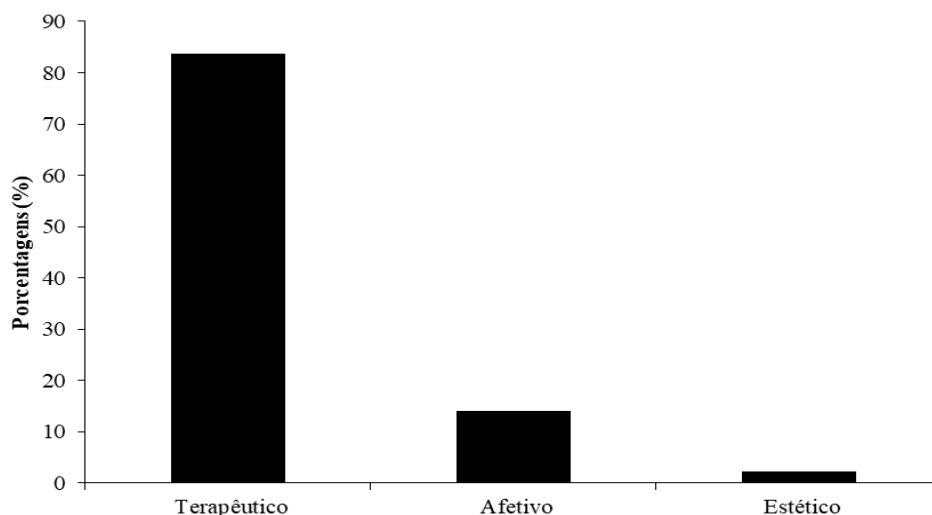
Sunga e Advincula (2021) sugerem que a jardinagem é muito mais do que um lazer casual, pois se trata de uma atividade que tem efeitos terapêuticos, ajudando no

bem-estar físico e psicológico. A maioria dos respondentes (86,5%; n=346) afirmou que já foram beneficiados pelo contato com a natureza, enquanto que 13,5% (n=54) afirmaram não terem se beneficiado, seja de forma física ou emocional.

Em uma pesquisa realizada por Norwood *et al.* (2019), onde avaliou-se como diferentes ambientes podem afetar a atividade cerebral e conseqüentemente o humor, pessoas expostas a ambientes naturais apresentaram ondas cerebrais de baixa frequência e uma menor atividade cerebral nas áreas frontais, algo que indica sentimentos restauradores e de conforto.

Para a questão subjetiva, os respondentes tiveram liberdade para relatar os principais benefícios que eles encontravam ao estar em contato com a natureza. Ao todo, 307 pessoas responderam, e diante disto foram elaboradas três categorias, com base nas respostas de cada um, sendo benefícios estéticos, afetivos e terapêuticos (Figura 09).

Figura 09: Principais benefícios proporcionados pelo contato com a natureza.



A primeira categoria criada foi de que o contato a natureza proporciona diversos benefícios terapêuticos (83,7%; n=257). Exemplos: “Sofro de crise de ansiedade, e sempre quando estou com crise começo a me envolver com as plantas e isso ajuda a controlar a crise”; “A natureza me passa uma paz emocional, a qual eu posso me

desconectar por uns minutos da correria do dia-a-dia”; “Resiliência em momentos difíceis, tal como perda de ente queridos. O contato com a natureza tem um poder terapêutico extraordinário.”.

O isolamento social pode levar ao desenvolvimento de diversos problemas, como o estresse, a solidão, a depressão e a apatia (REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020). Diante disto, o cultivo de plantas é uma alternativa para mitigar esses sintomas, pois manter contato direto com a natureza proporciona momentos de paz, principalmente durante o isolamento social. Segundo informações do Conselho Federal de Química (2021), o ato de estar em contato com a natureza traz calma, relaxamento e boas sensações, o que auxilia na liberação de endorfina no organismo, gerando uma sensação de tranquilidade e leveza.

Além disso, as atividades de jardinagem têm sido bastante utilizadas como formas de terapias ocupacionais. De acordo com Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (2020), a terapia ocupacional visa promover a saúde e bem-estar do paciente através da ocupação, e tem como finalidade principal possibilitar que as pessoas participem de atividades do cotidiano. Em um estudo realizado por Souza e Miranda (2017), observou-se que atualmente existem diversos projetos que usam a horticultura como uma alternativa para reintegrar portadores de transtorno mental na sociedade, e alguns pacientes relataram sentimentos de alegria, prazer, bem-estar e disposição devido às práticas de jardinagem.

Na segunda categoria foram incluídas respostas relacionadas aos benefícios afetivos (14%; n=43). Exemplos: “Me emociona toda vez que vejo elas floridas e com a folhagem brilhante como se elas tivessem feliz com o cuidado que eu tenho com elas [...]”; “Sensação de dever cumprido. A recompensa maior é ver a saúde das plantas, isso gera uma alegria inestimável. A simplicidade domina a gente e com certeza nos

tornamos mais sensíveis, gratos, simples e responsáveis.”; “Me sinto mais feliz, alegre quando estou mexendo com minhas plantinhas”. Os respondentes sentem-se bem, alegres, gratos e recompensados pela dedicação em cuidar de cada planta e por vê-las crescer de maneira saudável.

Segundo dados de uma pesquisa realizada por Sonti e Svendsen (2018), em duas entrevistas, a maioria (64% e 77%) dos jardineiros relataram que sua motivação para a jardinagem baseia-se na realização pessoal e nos sentimentos de alegria, que podem estar relacionados a experiência sensorial de estar no jardim, o cheiro da terra e das plantas, e a sensação de estar ao ar livre.

Já na terceira categoria foram incluídas respostas relacionadas aos benefícios estéticos (2,3%; n=7). Exemplos: “Pelo bom ambiente, e pela boniteza do ambiente.”; “Estética do ambiente”; “Uma paisagem bonita, como florescimento de um ipê [...]”.

A jardinagem é uma prática agrícola que está presente há mais de 3 mil anos, desde o momento em que o homem sentiu o desejo pelo cultivo de plantas ornamentais perto de seu ambiente doméstico, como forma de dar beleza ao local, tornando-se algo popular e de muito destaque (SENAR, 2017) . Mas, além disso, a técnica de jardinagem contribui para o aumento da inspiração e criatividade, para o bem-estar e estimula a busca por mais conhecimentos dentro da área (ENG *et al.*, 2019).

Muitas plantas ornamentais conseguem liberar aromas que ajudam a perfumar o ambiente, auxiliando no conforto e bem-estar, e também liberam vapor d'água, que permite que o ambiente fique mais úmido e refrescante (REIS; REIS e NASCIMENTO, 2020).

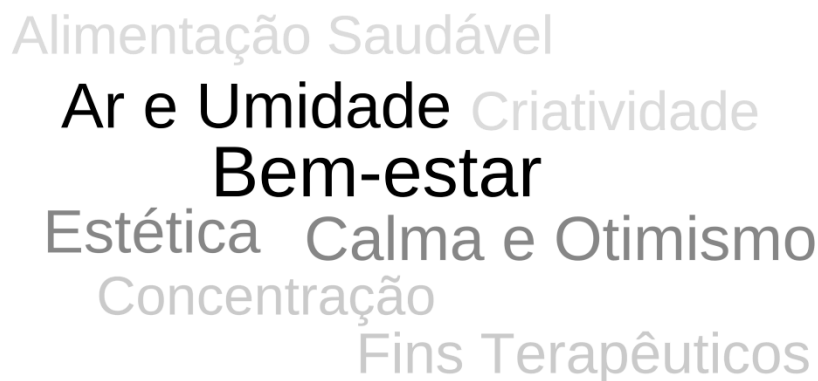
Dos respondentes, 91% (n=364) acreditam que ter vegetação em casa melhora a qualidade de vida durante o confinamento da COVID-19, 8% (n=32) afirmaram que às vezes e apenas 1% (n=4) acredita que não. Diante disto, observou-se que a população

tem conhecimento dos benefícios da jardinagem e da interação entre o homem e a natureza, além de relatarem diversas experiências de emoções positivas geradas por essa interação.

Pérez-Urrestarazu *et al.* (2020) encontraram resultados semelhantes, onde a maioria dos entrevistados (73,7%) concordam que o fato de ter vegetação em casa traz melhoras no humor durante o isolamento social, e apenas 3,5% discordam.

Em relação aos benefícios que o cultivo de plantas pode proporcionar ao indivíduo, os números foram bastante expressivos em todas as opções, mas a maioria acredita que ajuda no bem-estar, limpa o ar e aumenta a umidade, deixa as pessoas mais calmas e otimistas, além de contribuir para melhorar a estética do local (Figura 10).

Figura 10: Nuvens de Palavras (NP) que expressam os benefícios que o cultivo de plantas pode proporcionar ao indivíduo.



Torna-se claro que a população reconhece que o ato de cuidar das plantas contribui positivamente para a saúde, tanto física como mental, e diversos estudos comprovam isso. Em uma revisão de estudos realizada por Soga, Gaston e Yamaura (2017) concluiu-se de que a jardinagem auxilia na redução de sintomas de depressão, ansiedade, estresse, distúrbios do humor, além de gerar um aumento na qualidade de vida e senso de comunidade da população. Além disso, o reconhecimento da população sobre esses benefícios pode gerar motivações para compra e aquisição de mais plantas,

mesmo durante a pandemia, o que é bastante positivo para movimentar o setor de flores e plantas ornamentais.

Ao serem questionados sobre o surgimento do interesse pelo cultivo de plantas, 42,8% (n=171) afirmaram que passaram a ter interesse antes da pandemia, 37% (n=148) durante a pandemia e 20,3% (n=81) afirmaram que nunca tiveram muito interesse. Com isso, percebe-se o isolamento social apenas intensificou a prática da jardinagem para aqueles que já haviam algum interesse, enquanto outros foram atraídos para um novo hobby.

A maioria dos respondentes (73,8%; n=295) afirmou ter comprado ou adquirido alguma planta durante o período de confinamento, e 26,3% (n=105) afirmaram que não.

Diante disto, foi possível observar que mesmo durante o confinamento muitas pessoas não deixaram de lado a oportunidade de adquirir novas plantas, seja para preencher o tempo e os espaços ociosos dentro de casa, ou até mesmo como uma forma de terapia, já que em meio a tantas dificuldades e incertezas elas contribuem para o bem-estar.

Segundo dados de uma pesquisa realizada por Anacleto *et al.* (2021), durante o período de isolamento social o setor da floricultura foi muito afetado e com isso muitos precisaram mudar suas estratégias comerciais, entre eles o uso do *e-commerce* pelas redes sociais, ou seja, vendas pelo WhatsApp e Instagram, além de descontos, marketing e entregas grátis, como meios para reiniciar as vendas.

Porém, de acordo com o Instituto Brasileiro de Floricultura (IBRAFLOR), mesmo com a pandemia o setor da floricultura finalizou o ano de 2020 com um crescimento de 10%, e a expectativa é de que haja um crescimento de 5% no ano de 2021.

A população passou a valorizar a presença e utilização de plantas em suas residências devido às restrições causadas pela COVID-19, e tornaram-se dispostos a adquirir mais plantas e dedicar mais do seu tempo para mantê-las durante o isolamento social (PÉREZ-URRESTARAZU *et al.*, 2020).

Conclusões

Diante do presente estudo, observou-se que a população amostrada possui condições adequadas pra a implantação de jardins, devido à presença de espaços amplos, como quintais, e à presença de luz solar suficiente nas residências.

Durante a pandemia da COVID-19, 62,9% (n=107) dos respondentes passaram a dedicar tempo para a prática jardinagem, e 39,5% (n=158) passaram a buscar conhecimentos das técnicas necessárias para o cuidado das plantas.

Dos respondentes, 83,7% (n=257) reconhecem que os principais benefícios que a jardinagem fornece são de fins terapêuticos, que servem como alternativas para mitigar sintomas negativos gerados pelo isolamento social, visto que 91% (n=364) acreditam que o fato de ter vegetação em casa melhora a qualidade de vida durante o confinamento.

Além disso, a prática da jardinagem tem sido bastante comum entre pessoas com faixa etária de 18 a 25 anos de idade (47,5% (n=135)).

REFERÊNCIAS

- AMBROSE, G. *et al.* Is gardening associated with greater happiness of urban residents? A multi-activity, dynamic assessment in the TwinCities region, USA. **Landscape and Urban Planning**. v.198, 2020.
- ANACLETO, A *et al.* Between flowers and fears: the new Coronavirus Pandemic (Covid-19) and the flower retail trade. **Sociedade Brasileira Floricultura & Plantas Ornamentais**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 26-32, jan./mar. 2021.

AYMERICH-FRANCH, L. COVID-19 lockdown: impact on psychological well-being and relationship to habit and routine modifications. **PsyArXiv**. v.3, 2020. Disponível em: <https://psyarxiv.com/9vm7r/>.

BARBOSA, C. S. **Diversidade e uso de plantas úteis nos quintais do bairro de São Raimundo, zona oeste de Manaus-AM**. 2018. Dissertação (Mestrado em Agricultura no Trópico Úmido) – Instituto Nacional de Pesquisas na Amazônia, 2018. Disponível em: https://bdtd.inpa.gov.br/bitstream/tede/2486/5/disserta%c3%a7%c3%a3o_bancaATU_OK%281%29.pdf. Acesso em: 10 fev. 2021.

BEUTE, F.; KORT, Y. A. W. The natural context of wellbeing: Ecological momentary assessment of the influence of nature and daylight on affect and stress for individuals with depression levels varying from none to clinical. **Health Place**, v. 49, p. 7-18, 2018.

BRAGA, J. C. B.; SILVA, L. R. Consumo de plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil: perfil de consumidores e sua relação com a pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v.4, p. 3831-3839, 2021.

BRASIL. **Lei nº 10.406**, de 10 de janeiro de 2002. Institui o Código Civil. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 139, n. 8, p. 1-74, 11 jan. 2002.

CADORE, L. S. *et al.* Plantas ornamentais na fronteira oeste do Rio Grande do Sul - Perfil dos consumidores. **Enciclopédia Biosfera**, v. 13, p. 813-819, 2016.

CAMPOS, M.; MORESCHI, S. **O YouTube como plataforma de conexão em tempos de isolamento**. 2020. Disponível em: <https://www.thinkwithgoogle.com/intl/pt-br/estrategias-de-marketing/video/o-youtube-como-plataforma-de-conexao-em-tempos-de-isolamento/>. Acesso em: 08 de jul. 2021.

CONSELHO FEDERAL DE QUÍMICA. CFQ. **Cartilha A Química das Emoções**. 2021. Disponível em: <http://cfq.org.br/wp-content/uploads/2021/01/Cartilha-Qu%C3%ADmica-das-Emo%C3%A7%C3%B5es-1.pdf>. Acesso em: 08 de jul. 2021.

CONSELHO REGIONAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL. CREFITO. **Cartilha: Terapeuta ocupacional e o SUS**. 2020. Disponível em: <http://www.crefito3.org.br/dsn/pdfs/Cartilha%20-%20t.o.pdf>. Acesso em: 08 de jul. 2021.

CHOYAL, P.; GARHWAL, O. P.; KUMAR, S. Vertical gardening: a modern concept of urban gardening. **Krishi Science**, v.1, n.2, 2020.

COSTA, C. **Minhas plantas: jardinagem para todos (até quem mata cactos)**. São Paulo: Paralela, 2017. 280p.

DRAPER TOOLS. **Gardening is officially cool and there's #SowMuchMore to it**. Disponível em: <https://www.drapertools.com/news/sowmuchmore/>. Acesso em 07 de jul. 2021.

DUMAZEDIER, J. **Valores e conteúdos culturais do lazer**. São Paulo: SESC, 1980.

ENG, S. *et al.* Healthy lifestyle through home gardening: the art of sharing. **American Journal of Lifestyle Medicine**. v.13, n.4, 2019.

GARCIA, L.P.; DUARTE, E. Intervenções não farmacológicas para o enfrentamento à epidemia da COVID-19 no Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.29, n.2, 2020.

GONZATTO, D. *et al.* GoGreen. **Revista Decor**. Ano XII, n.144, p.62-69, 2019. Disponível em: https://issuu.com/revistadecor/docs/ipad_144. Acesso em: 09 fev. 2021.

IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Demográfico 2010 - Características da população e dos domicílios**: resultados do universo. Rio de Janeiro, 2010.

IBRAFLOR, Instituto Brasileiro de Floricultura. **Estatística/Release Imprensa**. São Paulo, 2021. Disponível em: <https://www.ibraflor.com.br/numeros-setor>. Acesso em: 02 de jun. 2021.

LADES, L. K. *et al.* Daily emotional well-being during the COVID-19 pandemic. **British Journal of Health Psychology**, v.25, p.902–911, 2020.

LARIZZATTI, M. F. ; BARROS, J. M. Q. ; HIROTA, V. . Lazer e qualidade de vida em universitários de São Paulo. **Lecturas Educación Física y Deportes** , v. 22, p. 1, 2017.

LEMO, A. H. C.; BARBOSA, A. O.; MONZATO, P. P. Mulheres em home office durante a pandemia da Covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família. **RAE-Revista de Administração de Empresas**, v. 60, n. 6, p.388-399, 2020.

MACEDO, S. Ser mulher trabalhadora e mãe no contexto da pandemia COVID-19: tecendo sentidos. **Revista NUFEN**, v.12, n.2, p.187-204, 2020.

NIEMEYER, C. A. C. **Paisagismo no planejamento arquitetônico**. 3. ed. Uberlândia: EDUFU, 2019. Disponível em: <http://clyde.dr.ufu.br/bitstream/123456789/29687/1/PaisagismoPlanejamentoArquitetonico.pdf>. Acesso em: 07 de jul. 2021.

NOAL, D. S.; PASSOS, M. F. D.; FREITAS, C. M. **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19**. 342 p. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf. Acesso em: 10 fev. 2021.

NORWOOD, M. F. *et al.* Brain activity, underlying mood and the environment: a systematic review. **Journal of Environmental Psychology**, Article 101321, v.65, 2019.

ODEH, R.; GUY, C. L. Gardening for therapeutic peopleplant interactions during long-duration space missions. **Open Agriculture**, v.2, n.1, p.1-13, 2017.

OLIVEIRA NETO, L. *et al.* Treine em casa: treinamento físico em casa durante a pandemia do COVID-19 (SARS-COV2): abordagem fisiológica e comportamental. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 19, n. 2, p.9-19, 2020.

PEREIRA, R. C.; LIRA, C. C.; SOUZA JUNIOR, M. F. **Preocupação produtiva e improdutiva em tempos de isolamento social**. 1.ed. Recife: EDUFRPE, 2020. Disponível em: <http://www.codai.ufpe.br/sites/ww2.codai.ufpe.br/files/Cartilha-Preocupa%C3%A7%C3%A3o%20x%20isolamento%202020.pdf>.

PÉREZ-URRESTARAZU, L. *et al.* Particularities of having plants at home during the confinement due to the COVID-19 pandemic, **Urban Forestry & Urban Greening**, v.59, 2020.

REIS, S. N.; REIS, M. V.; NASCIMENTO, Â. M. P. Pandemic, social isolation and the importance of people-plant interaction. **Ornamental Horticulture**, v.26, n.3, p.399-412, 2020.

RIBEIRO, O. C. F.; SANTANA, G. J. de; TENGAN, E. Y. M.; SILVA, L. W. M. da; NICOLAS, E. A. Os impactos da Pandemia da Covid-19 no Lazer de adultos e idosos. **Licere**, Belo Horizonte, v.23, n.3, 2020.

SECOVI. Sindicato das Empresas de Compra, Venda, Locação e Administração de Imóveis Residenciais e Comerciais. **Cartilha de Boas Práticas em Condomínios**. Santa Catarina, 2016. Disponível em: <http://www.secovi-sc.com.br/wp-content/uploads/2016/08/guia-boas-praticas.pdf>. Acesso em 07 de jul. 2021.

SENAR. Serviço Nacional de Aprendizagem Rural. **Plantas ornamentais: jardinagem**. Brasília: SENAR, 2017. 84 p. Disponível em: <https://www.cnabrazil.org.br/assets/arquivos/173-JARDINAGEM.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2021.

SENAR. Serviço Nacional de Aprendizagem Rural. **Plantas ornamentais: estruturas para a produção**. Brasília: SENAR, 2018. 88 p. Disponível em: <https://www.cnabrazil.org.br/assets/arquivos/212-PLANTAS-ORNAMENTAIS.pdf>. Acesso em 07 de jul. de 2021.

SILVA, J. B. *et al.* Do quintal à alimentação familiar: um estudo de caso baseado no espaço urbano produtivo e sua relação com a complementação da economia familiar. *In: COINTER PDV-AGRO*, 3, 2018. **Anais...** 2018.

SOGA, M.; GASTON, K.J.; YAMAURA, Y. Gardening is beneficial for health: a meta-analysis. **Preventive Medicine Reports**, v.5, p.92-99, 2017.

SONTI, N. F.; SVENDSEN, E. S. Why Garden? Personal and abiding motivations for community gardening in New York City. **Society & Natural Resources**, v.31, n.10, p.1-17, 2018.

SOUZA, T.; MIRANDA, M. Horticultura como tecnologia de saúde mental. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 6, n. 4, p. 310-323, 2017.

SMITH, D. R. **4.0.3 now available**. 2020. Disponível em: <https://blog.revolutionanalytics.com/2020/10/r-403-now-available.html>. Acesso em 20 fev. 2021.

SUNGA, A. B.; ADVINCULA, J. L. The "Plantito/Plantita" home gardening during the pandemic. **Community Psychology in Global Perspective**. v.7, n.1, p.88-105, 2021.

TAIZ, L. *et al.* **Fisiologia e desenvolvimento vegetal**. 6.ed. Porto Alegre: Artmed, 2017. 888p.

TEODORO, A.; BRITO, G.; CAMARGO, L.; SILVA, M.; BRAMANTE, A. A dimensão tempo na gestão das experiências de lazer em período de pandemia da Covid-19 no Brasil. **Licere**, Belo Horizonte, v.23, n.3, 2020.

TOURINHO, H. L. Z; SILVA, M. G. C. A. Quintais urbanos: funções e papéis na casa brasileira e amazônica. **Boletim do Museu Paraense Emílio Goeldi. Ciências Humanas**, v. 11, n. 3, p. 633-651, 2016.

VALERIANO, F. R.; SAVANI, F. R.; SILVA, M. R. V. O uso de plantas medicinais e o interesse pelo cultivo comunitário por moradores do bairro São Francisco, município de Pitangui – MG. **Interações**, v.20, p.891-905, 2019.

VIEIRA, V. D.; LEITE, L. M. S. O uso do conhecimento popular das plantas medicinais utilizadas pela comunidade no nordeste. **Temas em Saúde**, v.18, p.876-890, 2018.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Q&A on coronaviruses (COVID-19)**. 2020. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-andanswers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>. Acesso em: 09 fev. 2021.

APÊNDICE A – Tabelas de frequências das Nuvens de Palavras (NP)

Termos	Inserções
Uma varanda/terraço	113
Um telhado acessível	12
Um quintal	320
Nenhum	28

Termos	Inserções
Plantas em vasos	308
Canteiro com flores e ornamentais	118
Plantas trepadeiras/penduradas	60
Parede viva	13
Todos	6
Nenhum	31

Termos	Inserções
---------------	------------------

Árvores	187
Arbustos	92
Gramado	101
Horta	116
Plantas medicinais	210
Todos	6
Nenhum	31

Termos	Inserções
Bem-estar	367
Criatividade	270
Calma e Otimismo	304
Concentração	251
Ar e Umidade	314
Estética	294
Fins terapêuticos	281
Alimentação saudável	267

Endereço dos(as) Autores(as):

Leandra Matos Barrozo
Endereço Eletrônico: leandra.matos@cesba.uema.br

Beatriz Sousa de Miranda
Endereço Eletrônico: biasmd@outlook.com

Tatiane Scilewski da Costa Zanatta
Endereço Eletrônico: sctatiane@gmail.com

Joel Cabral dos Santos
Endereço Eletrônico: agronomojoel@gmail.com

Kellen Pereira Lima Araújo
Endereço Eletrônico: kellenaraujoagronomia@gmail.com

Adriana Araújo Diniz

Endereço Eletrônico: adrisolos2016@gmail.com

Francisco Charles dos Santos Silva

Endereço Eletrônico: fcsantossilva-ma@hotmail.com