

# Sisteminha:

uma experiência comunitária

Realização:



## Sumário

Apresentação	4
O que são os Sisteminhas?	6
Como funciona?	14
Por que é importante para as famílias: o que ele garante?	19
Um Sisteminha em bases agroecológicas	24
A divisão do trabalho doméstico no Sisteminha	26
Compromisso da comunidade com o direito ao território	28

# Apresentação

Para incentivar quem pretende realizar um trabalho de forma coletiva, baseado nos valores da solidariedade, da partilha, da justiça, da igualdade, do respeito e pelo direito à alimentação saudável e à soberania alimentar, o **Movimento dos Conselhos Populares – MCP** e a **Rede Jubileu Sul Brasil** lançam a segunda edição da publicação.

Ela trata de um modo de produzir chamado **Sisteminha** que tem como base de sustentação:

- O **feminismo**, como um projeto político de empoderamento e libertação das mulheres;
- A **agroecologia**, como forma de defesa da vida nos territórios a partir da preservação da natureza e promoção da segurança alimentar;
- A **economia solidária**, voltada para a valorização da produção, consumo e distribuição, baseada na cooperação, na coletividade, solidariedade e justiça social.
- A **comunicação**, como elo que une, ponte que aproxima e meio que conduz ao conhecimento.

É esse elo que vai permitir que alí, no Sisteminha, seja construído um espaço de trocas, de contação de histórias, de conversas sobre o que acontece nas comunidades, um lugar onde as mulheres também vão falar sobre suas necessidades, sentimentos e emoções.

Estamos trazendo um modo antigo de produzir, atualizado para os dias de hoje, onde grupos em comunidades podem, a partir do que têm, iniciar uma atividade produtiva capaz de complementar suas necessidades diárias como alimentação saudável e o cuidado com a saúde.

Com essa partilha, queremos ver a comunidade, especialmente as mulheres e suas famílias, feliz e realizada com as atividades desenvolvidas. Queremos vê-las seguras de que é possível mudar, fazer diferente, do jeito delas, o que parece ser impossível: grupos mais organizados e unidos na defesa de políticas públicas e solidárias em torno de um objetivo comum.

**Boa leitura!**

## O que são os Sisteminhas?

O Sisteminha é um **sistema modular de produção de alimentos para pequenos espaços**. Os módulos de produção, que podem ser hortas, galinheiros, tanque de peixes, são organizados de acordo com a disponibilidade e o interesse dos produtores, que decidem o que produzir podendo adaptar ou remover alguns dos componentes do sistema para se ajustar ao terreno e às necessidades específicas da comunidade atendida.

**É um sistema integrado de produção desenvolvido para gerar segurança e soberania alimentar para seus usuários.** É um experimento coletivo que surge a partir da mobilização de grupos sociais, privados de necessidades básicas, como a alimentação.

É resultado de uma experiência realizada em alguns países africanos nos anos 2000 (Angola, Uganda, Etiópia, Tanzânia, entre outros), trazida para o Brasil pelo **pesquisador Luis Carlos Guilherme, da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária, a EMBRAPA** -, em 2001, para os Estados do Piauí, Maranhão e Ceará.

**As principais vantagens do Sisteminha são o baixo custo do investimento inicial.** Pode ser facilmente adaptado às necessidades, experiência, preferências dos produtores, condições do solo e do clima e mercado local. É adequado para pequenos espaços (a partir de 100 m<sup>2</sup>), em áreas urbanas e rurais, dimensionada para atender às demandas de uma família de quatro pessoas.

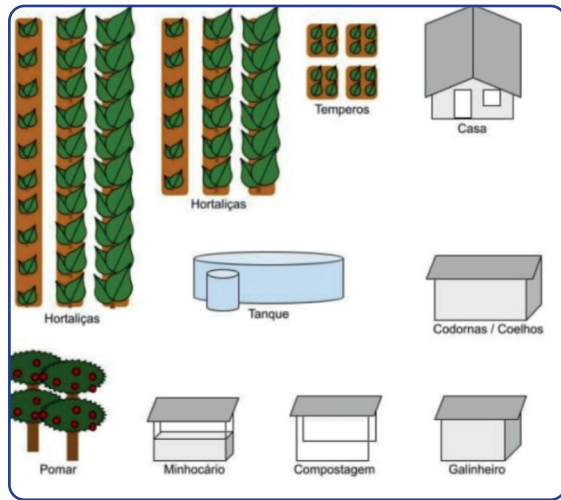
É uma iniciativa política quando parte de um grupo organizado. Ele tem como objetivo combater a fome com pouco investimento usando recursos já existentes no entorno da comunidade.

O Sisteminha é chamado de experimento porque ele pode vir a se tornar uma política pública de segurança alimentar, caso os grupos envolvidos consigam provar que, com um suporte maior do poder público e com um orçamento definido em lei, as comunidades poderão ter acesso permanente aos alimentos, trazendo, em especial uma economia ao sistema de saúde, uma vez que estarão sendo disponibilizados a elas alimentos saudáveis.

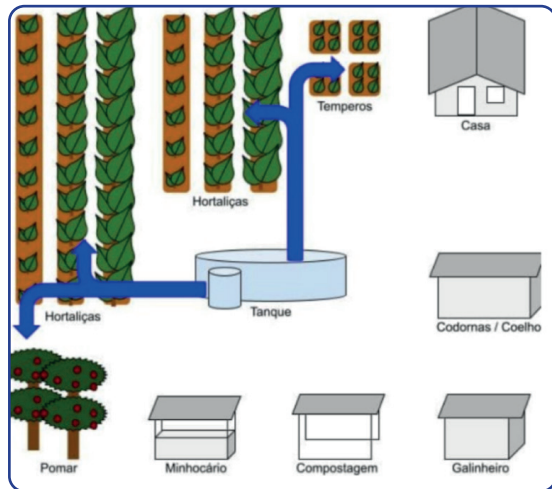
Isso não é impossível de acontecer, pois foi o que aconteceu com as Casa de Sementes da Paraíba, uma experiência desenvolvida com apoio de uma organização social que atua com práticas agroecológicas. Aquele experimento passou a ser política pública para o Estado, principalmente porque houve organização, participação e luta política.

Nesse sentido, enquanto não vem o apoio do Estado para a ampliação desta experiência, o grupo deverá pensar em formas de manter o Sisteminha em funcionamento.

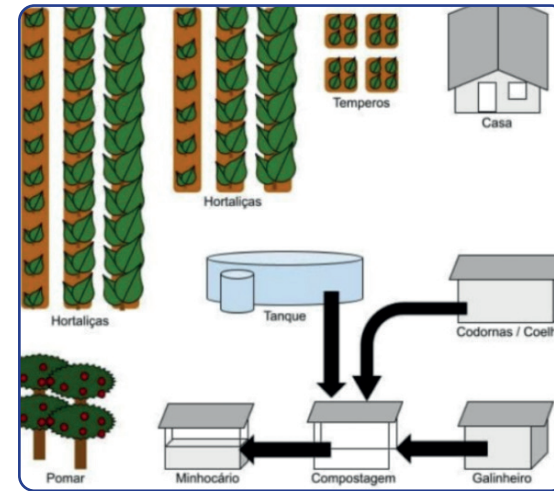
Imagens: Sisteminhas - Embrapa



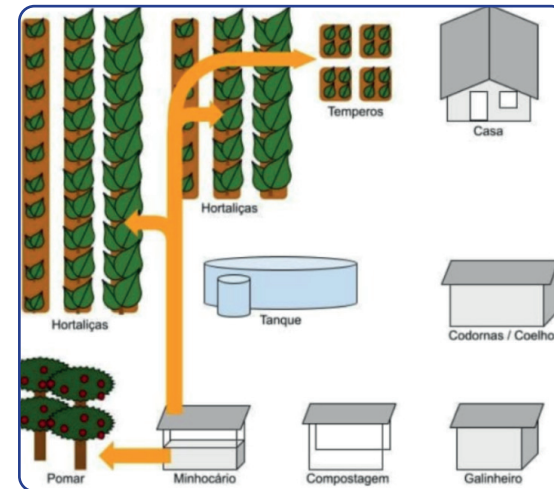
1 - A estrutura é centralizada no tanque, que deve ser próximo das hortas para facilitar a irrigação.



2 - A água do tanque é utilizada para regar as plantas - no máximo 1.000 litros usados no tanque, que precisam ser repostos. Pode usar água de rio, lago ou da rua, mesmo que tenha cloro.



3 - Os sedimentos do tanque, dejetos das galinhas, codornas e outros animais, assim como folhas e restos orgânicos, são colocados na compostagem por 45 dias (revirando a cada 15 dias). Depois desse período move-se para o minhocário, para virar húmus.



4 - O húmus do minhocário serve para adubar as plantas, fazendo com que cresçam mais rápido e produzam mais alimento.

O Movimento dos Conselhos Populares nasceu em Fortaleza (CE), no final de 2004, para realizar a mobilização da cidadania ativa e a construção do poder popular. O movimento vem com a proposta de construir conselhos populares, espaços organizacionais nos bairros por meio dos quais as pessoas possam construir formas de lutar coletivamente por suas demandas. Foi criado por iniciativa de líderes comunitários e populares, ativistas ligados a movimentos populares, Comunidades Eclesiais de Base - CEBs, pastorais sociais, entidades de direitos humanos, movimentos de mulheres e jovens. A resistência é o principal instrumento de ação do movimento, através de mobilizações e organização de ocupações de terras.

O MCP mantém a luta pelo trabalho, participação popular e também investe em outras questões como educação, saúde e produção. O projeto começou a se desenvolver a partir de uma capacitação feita por um jovem do MCP na Embrapa. Nos territórios que toparam, os grupos fizeram algumas adaptações, considerando a realidade de cada local e contando com o apoio de profissionais de diferentes áreas.

**Em resumo: o sisteminha está ancorado em 4 premissas básicas:**

1. Miniaturização e escalonamento;

2. Investimento pequeno e que se paga dentro de um ciclo produtivo;

3. Segurança alimentar e nutricional;

4. Adequação às instalações e condições de cada família ou grupo, a partir da criatividade de seus membros.

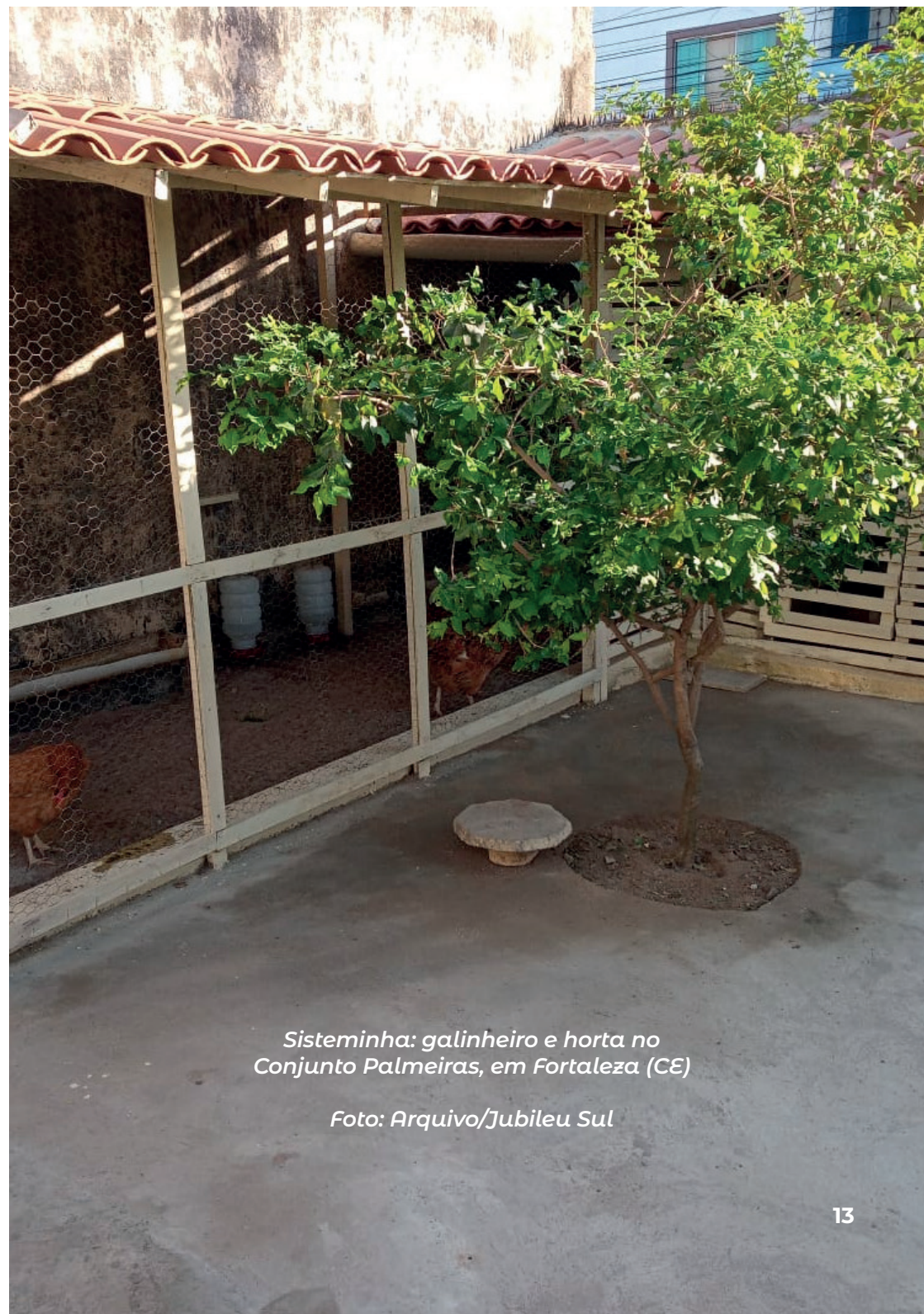
***Lembrete:** É importante que o Sisteminha seja iniciado em pequenos espaços que a família/comunidade já tenha e que queira tornar esse espaço produtivo.*

O MCP mantém a luta pelo trabalho, participação popular e também investe em outras questões como educação, saúde e produção. O projeto começou a se desenvolver a partir de uma capacitação feita por um jovem do MCP na Embrapa. Nos territórios que toparam, os grupos fizeram algumas adaptações, considerando a realidade de cada local e contando com o apoio de profissionais de diferentes áreas.

**Em resumo: o sisteminha está ancorado em 4 premissas básicas:**

1. Miniaturização e escalonamento;
2. Investimento pequeno e que se paga dentro de um ciclo produtivo;
3. Segurança alimentar e nutricional;
4. Adequação às instalações e condições de cada família ou grupo, a partir da criatividade de seus membros.

**Lembrete:** *É importante que o Sisteminha seja iniciado em pequenos espaços que a família/comunidade já tenha e que queira tornar esse espaço produtivo.*



*Sisteminha: galinheiro e horta no Conjunto Palmeiras, em Fortaleza (CE)*

*Foto: Arquivo/Jubileu Sul*

# Como funcionam?

## Metodologia

O Sisteminha possui 3 componentes principais:



Foto: Carla Vieira

**Horta:** com vários tipos de legumes, verduras, assim como de frutas, milho, batata-doce e outros plantios que a depender do espaço possam ser cultivados, além de plantas medicinais;



Foto: Arquivo Jubileu Sul

**Galinheiro comunitário:** criação de galinhas para consumo da carne e dos ovos e também para venda do corte do frango e dos ovos;



Foto: Arquivo Jubileu Sul

**Tanque para a criação de peixes:** da mesma forma, o peixe tanto é para o sustento da família como para venda da produção excedente.

Os componentes são definidos e organizados de acordo com o que o grupo quer produzir, podendo fazer outras escolhas. **A partir desses três componentes (horta, galinheiro e tanque) é possível ter uma produção autossuficiente** em que a água do tanque irriga a horta e o galinheiro serve para a produção de adubo para as plantas. E o resto de legumes, verduras e frutas, pode complementar a alimentação das galinhas. As cascas dos ovos serve como adubo para a horta. É um ciclo, um sistema.

**Atenção:** O Sisteminha não precisa ter os três componentes. O importante é que esteja de acordo com o tamanho do local onde vai ser construído e também tenha definido quem serão as pessoas que vão assumir a responsabilidade com cada componente, pois não pode ficar “nas costas” de uma só pessoa. Antes de iniciar o projeto do Sisteminha é importante que sejam tomadas algumas iniciativas:

**A** - O grupo deve identificar onde existem locais adequados para implantar três ou dois componentes. O ideal é que tenha mais componente num mesmo local para o aproveitamento de água e demais elementos.

**B** - Reunir a comunidade para tratar da ideia e perguntar quem quer se juntar na construção da proposta, uma vez que ela irá beneficiar ao conjunto. Importante ter em conta que o sisteminha é um processo coletivo.

**C** - Capacitar as pessoas responsáveis pela execução do projeto para as atividades produtivas previstas: plantio de horta, criação de galinhas e de peixes.

Importante buscar apoio em universidades, por exemplo, para a assistência técnica, definir a melhor espécie de peixe para o território considerando o clima, assim como para a horta.

**D** - Capacitar para a construção e manejo do tanque, da hora e do galinheiro.

**E** - Capacitar em gestão do projeto, para que ele tenha os melhores resultados.

**F** - Considerar os custos para a manutenção futura do Sisteminha - manutenção do tanque, custos com água, aquisição de alevinos, ração, mudas etc. Tudo isso precisa estar contabilizado no processo de tomada de decisão.

**Por exemplo:** o grupo deve definir uma divisão de tarefas, rodízio; plantar um pouco de cada coisa de acordo com o ciclo de vida das plantas; produzir pequenas quantidades de acordo com as necessidades das famílias, da comunidade envolvida no projeto (diária, semanal, mensal) seja para o consumo, seja para a venda, ou mesmo para a distribuição entre os envolvidos, e pesquisar preços no bairro para garantir a freguesia no caso do excedente de produtos.

### Onde ele pode ser instalado?

O Sisteminha foi projetado e pensando para locais com pequeno espaço disponível. Considerando especialmente o espaço urbano, onde os terrenos são pequenos.

Vale considerar que muitas áreas de ocupação urbana tem sempre um local que é pouco usado, seja para lazer ou outras finalidades coletivas. Este pode ser um local para a instalação do Sisteminha.

Ainda podemos lançar nosso olhar para outros espaços, como áreas disponíveis nas escolas, creches. Nesses espaços, a comunidade escolar pode tomar a decisão de cuidar deles, construindo um sistema alimentar, além de estar contribuindo para a educação das crianças criando hábitos saudáveis.

O importante é identificar o espaço que possa ser usado pela comunidade: um quintal, um espaço livre na comunidade, no bairro, na escola, pátio de uma igreja. O essencial é que a decisão seja tomada coletivamente e em diálogo com todas as pessoas envolvidas.

## Por que é importante para as famílias: o que ele garante?

O sistema agroalimentar é marcado pela separação entre agricultura e biodiversidade. A pecuária industrial separou os animais de criação das fontes de sua alimentação e a alimentação se separou da saúde.

Desse modo, a agricultura perde sua diversidade alimentar. Por exemplo: 75% de nossa alimentação vem de apenas seis produtos: soja, milho, trigo, cana, arroz e batata. E esses alimentos são cultivados por meio de técnicas que, ao mesmo tempo em que provocam um aumento da produção, provocam um aumento da morte de seres humanos e animais. Isso se deve ao uso em grande escala da transgenia (os organismos transgênicos) e dos agrotóxicos.

**Transgenia** é uma técnica de engenharia genética que introduz, em laboratório, o gene de uma espécie ou raça em outra, produzindo organismos geneticamente modificados, que são os transgênicos.

**Agrotóxicos** são produtos químicos usados para matar insetos, fungos e outras pragas nas plantações, com a justificativa de proteger as culturas agrícolas. Na prática, são venenos que causam mal à saúde de pessoas, animais e ao meio ambiente.

As técnicas desumanas de criação de animais para consumo (frango, carne bovina, porcos, ovos de galinha e leite de vaca) que são fontes de proteína, estão associados ao uso de antibióticos e hormônios para a produção industrial em larga escala, também trazem consequências desastrosas para a saúde humana, inclusive com novas doenças.

A separação da alimentação em relação à saúde pode ser vista no tipo de alimento que está sendo consumido, em especial pelas crianças, com a oferta crescente e enganosa de ultraprocessados como se fossem alimentos. Estes ultraprocessados não garantem nutrientes e vitaminas para o desenvolvimento adequado das crianças e no futuro, quando adultos e idosos terão maior probabilidade de doenças nos ossos e neurológicas, por exemplo.

Estudos comprovam que mais de 80% das crianças brasileiras de 2 a 9 anos consomem esses produtos: refrigerantes, bolachas recheadas, salgadinhos e embutidos (IBGE 2020). Esses produtos têm causado: crescimento da obesidade infantil, hipertensão precoce, diabetes tipo 2, além de outras doenças crônicas, aquelas difíceis de curar.

### O que são alimentos ultraprocessados?

São aqueles que têm na sua composição: gordura hydrogenada, corantes artificiais, ingredientes de uso industrial, adoçantes e antioxidantes artificiais, ácidos graxos trans e outros.

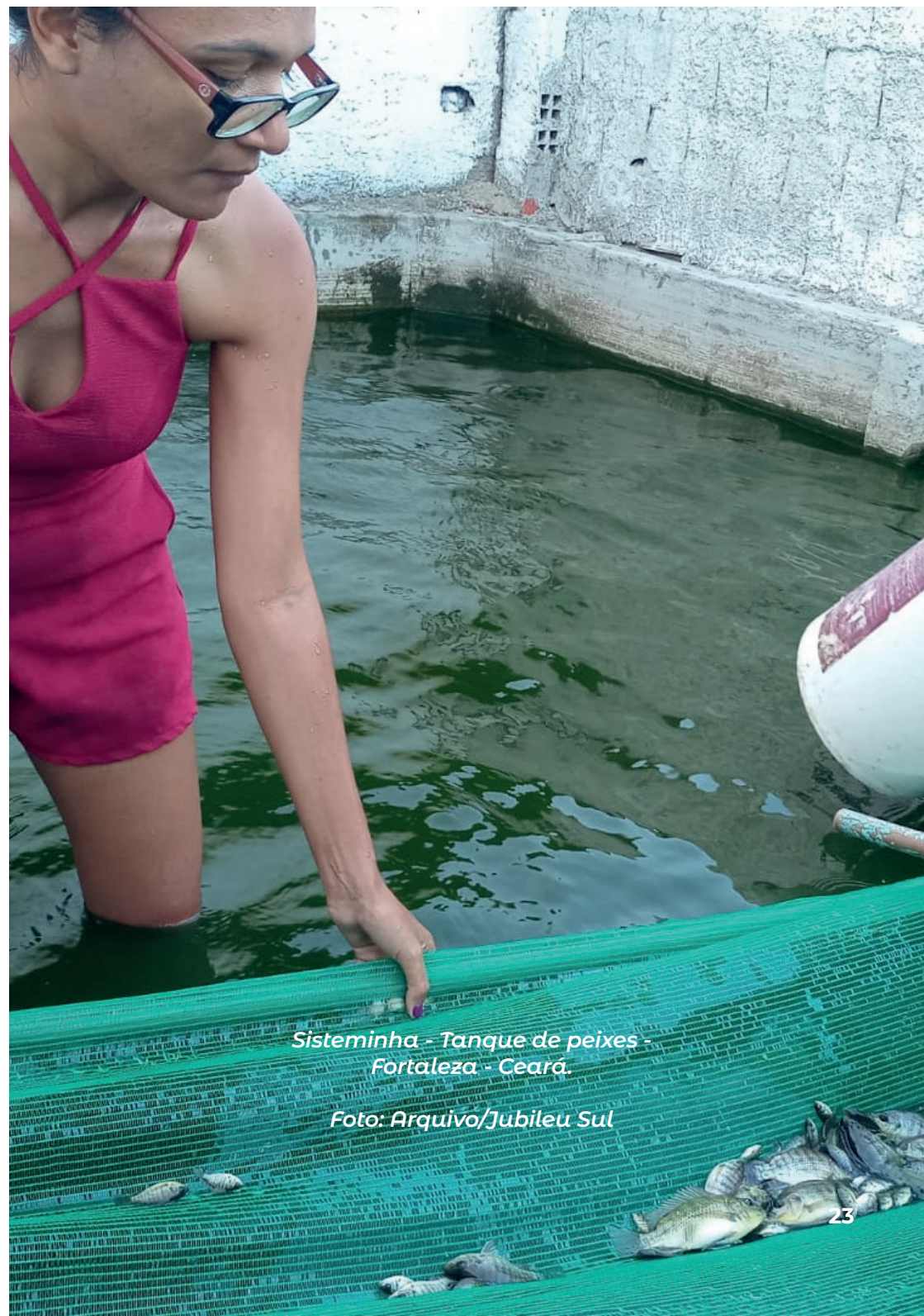
O “Guia alimentar para a população brasileira” (2014) aponta que os alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, biscoitos recheados, “salgadinhos de pacote” e “macarrão instantâneo”, apresentam um desequilíbrio nutricional devido à sua composição. Sua formulação e apresentação tendem a incentivar o consumo excessivo e a substituição de alimentos in natura ou minimamente processados. Além disso, as formas como são produzidos, distribuídos, comercializados e consumidos têm um impacto negativo na cultura, na vida social e no meio ambiente.



Com o Siteminha como modelo de produção de alimentos saudáveis, estamos defendendo qualidade de vida para as pessoas e um meio ambiente saudável. Não queremos um crescimento econômico que compromete a saúde das pessoas, dos animais e a biodiversidade da qual dependemos.

Queremos uma alimentação adequada e saudável, por ser uma garantia fundamental do direito à vida e à saúde. O Siteminha é portanto, uma proposta contrária a tudo isso, porque sua base motivadora é garantir uma vida saudável para as pessoas.

Além de lugar de trabalho coletivo, é também espaço de trocas e de contação de histórias, compartilhamento de opiniões sobre as coisas desse mundo. Fazer da retirada dos peixes uma festa traz o sentido de se viver em comunidade com harmonia. É neste encontro para cuidar, partilhar e distribuir os alimentos que se constrói e se cultiva as relações em sociedade, ao passo que se busca soluções reais para quem vive neste território. Proporciona o encontro e diálogo, a busca por resposta e ações coletivas.



Siteminha - Tanque de peixes -  
Fortaleza - Ceará.

Foto: Arquivo/Jubileu Sul

## Um Sisteminha em bases agroecológicas

Há grandes desafios no que se refere à segurança alimentar e nutricional e à exigibilidade do direito humano à alimentação adequada que pedem a implementação de estratégias urgentes para a sua superação.

Questões como: insegurança alimentar, falta de acesso a alimentos adequados e saudáveis, descuido com o direito humano à alimentação adequada, pouco apoio à agricultura familiar, desertos alimentares, a força da indústria de alimentos, falta de educação alimentar nas escolas, uso de agrotóxicos, falta de controle sobre os sistemas alimentares, com os monocultivos que desrespeitam culturas e povos locais, bem como exploram os bens comuns.

Conforme o Manifesto da 6ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar, realizada em dezembro de 2023, tudo isso é “adoecido e adoecedor”. Essas questões nos provocam a tomarmos medidas urgentes.

Pensar propostas que desmintam tudo isso, vai ao encontro, por exemplo, da necessidade da agroecologia como política pública, da inclusão de gênero e raça, do respeito aos modos de vida de tantos povos que estão sendo esmagados por esse sistema excludente.

Comida é cultura. Comida é um ato político. Ela está presente tanto na forma de cultivo quanto nas

técnicas, nas práticas culinárias e no ato de comer junto. As escolhas do que comer estão relacionadas com nossas tradições, crenças, prazer, informação e possibilidades financeiras.

Ocorre que a pobreza nas cidades, a expulsão de agricultores e agricultoras do campo, o processo de concentração do sistema alimentar e o poder das corporações do agronegócio sobre os alimentos impedem a disponibilidade, o acesso, o consumo de alimentos e a presença da relação entre cultura, biodiversidade e território. Tudo isso encarecendo o custo dos alimentos disponibilizados nos supermercados ou nos pequenos mercados.

Alimento de qualidade tem a ver diretamente com decisões políticas, com política econômica. Não podemos dissociar uma coisa da outra. Por isso, desde o início tratamos o Sisteminha como um ato político, como política pública que deve ter financiamento garantido no orçamento do município e do Estado.

Na contramão desse cenário, está a agroecologia como prática e movimento, em interação com o conceito de soberania e segurança alimentar e nutricional. Ela traz uma nova proposta de relação com a natureza, reconhecendo os diferentes sujeitos de direitos, com sua diversidade cultural e modos de vida.

## A divisão do trabalho doméstico no Sisteminha

A proposta agroecológica está baseada na diversidade de plantios e na cooperação/ajuda mútua entre as pessoas da família. Isso significa que a forma tradicional de trabalho no território tem que ser rompida.

**Por exemplo:** a ideia de que o homem trabalha e a mulher só ajuda, é falsa. Na concepção agroecológica tudo o que cada pessoa faz para viabilizar a produção no território é considerado trabalho.

Para que isso aconteça a mulher não pode ser a única responsável pelo trabalho dentro de casa ou o trabalho com as crianças, com pessoas idosas ou com animais. Tudo tem que ser conversado, dividido.

Se todo o trabalho doméstico ficar só para a mulher, ela não vai ter tempo de se dedicar ao Sisteminha, de participar de reuniões, de articular a comunidade. Além do mais, quando o trabalho é feito em família, dá para organizar melhor o lazer para a mulher, para o homem, para as crianças e outras pessoas que morem na casa.

A divisão justa do trabalho indica que a mulher também pode exercer a liderança numa comunidade. E em muitas comunidades as mulheres já fazem isso, porém não tem o reconhecimento.

Foto: Ada Ponte



## Compromisso da comunidade com o direito ao território

**Para atingir suas finalidades é preciso que o Sisteminha seja uma proposta de ação conjunta** - desde a produção à manutenção.

A produção coletiva significa um importante instrumento de valorização e fortalecimento das comunidades, em especial das mulheres, uma vez que comprova sua capacidade de organização, evidenciando sua autonomia.

Além do mais, aproxima mulheres em situação de vulnerabilidade social com uma nova relação comunitária, tendo como motivação a economia solidária, além de favorecer uma consciência política e social.

Pode se tornar um espaço importante de conversas, ações e interações, sobre questões e angústias do cotidiano, onde a voz de uma contribui com a voz da outra, seja na troca de experiências de vida ou na troca de experiências produtivas e saberes, na busca de novos caminhos para suas questões individuais.

Hoje, na cidade de Fortaleza, temos dois Sisteminhas: um na comunidade Raízes da Praia e um no conjunto Palmeiras. Temos três outros em processo de construção em outros bairros.

Uma mudança se faz com ousadia e paciência. É o que a vida nos pede.

Converse no seu grupo sobre a possibilidade de terem um Sisteminha na comunidade; procure saber como estão funcionando os que já existem.

### O que o MCP quer com os Sisteminhas?

Fortalecer a organização e luta das comunidades por recursos públicos, melhorando condições de vida nos territórios onde estamos organizados e, ao mesmo tempo, fortalecer o trabalho comunitário das lideranças em torno da implantação em mutirão e da gestão coletiva de Sisteminhas e outras iniciativas coletivas de geração de renda e segurança alimentar.

*Foto: Arquivo/Jubileu Sul*



# Expediente

**Redação:** Magnólia Said - Centro de Pesquisa e Assessoria (Esplar)

**Colaboração:** Francisco Vladimir, Ada Ponte Jereissati, Rosilene Wansetto, Raíssa Lazarini, Cícera da Silva Martins, Francisco Fernando Martins e Jeane Freitas.

**Revisão:** Flaviana Serafim

**Publicação:** Movimento dos Conselhos Populares (MCP) e Rede Jubileu Sul Brasil.

**Projeto gráfico e diagramação:** Ruan Alves

**Ano:** 2026

**Site:** jubileusul.org.br

**Contato:** secretaria@jubileusul.org.br



@jubileusul



Jubileu Sul Brasil JS/BR



Jubileu Sul Brasil



@redejubileusul



@JubileuSul

# Sisteminha:

uma experiência comunitária

Realização:

