

Casa

Hortas domésticas ganham espaços em casas e apartamentos ao unir alimentação saudável, praticidade e aproveitamento inteligente do ambiente

POR GIOVANNA RODRIGUES*

Cultivar uma horta em casa ou no apartamento tem se consolidado como uma solução prática para quem busca mais saúde no dia a dia, sem complicação. Ter temperos, ervas e hortaliças frescas ao alcance das mãos garante alimentos livres de agrotóxicos, mais nutritivos e colhidos no ponto certo de consumo — um cuidado que começa no plantio e chega direto ao prato, impactando positivamente a alimentação e o bem-estar.

Mais do que tendência, a horta doméstica reflete um novo olhar sobre consumo, sustentabilidade e qualidade de vida. Com poucos metros quadrados, criatividade e informação, é possível transformar varandas, cozinhas e áreas de serviço em pequenos espaços produtivos, adaptados à luz, ao clima e ao ritmo de cada morador.

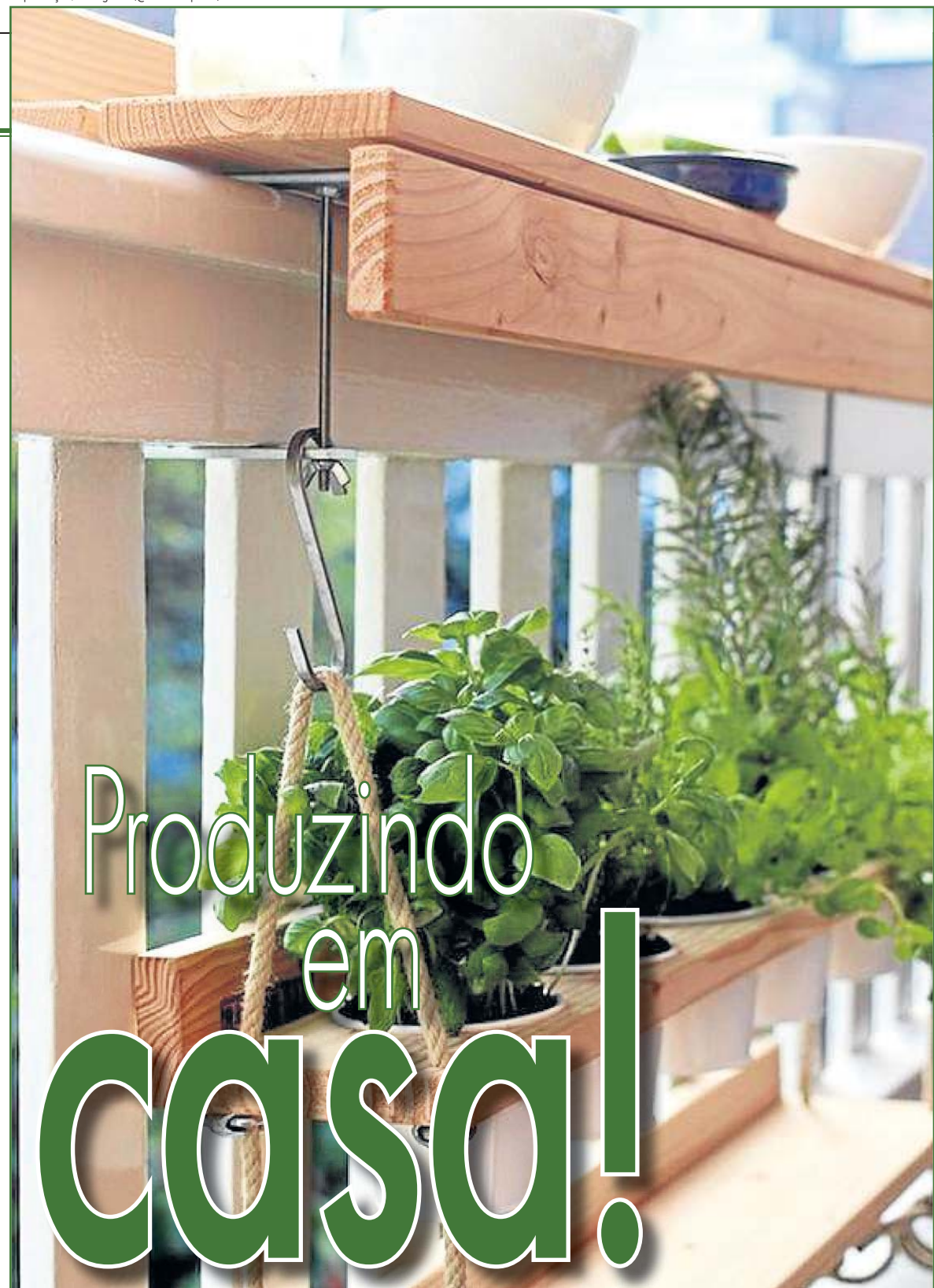
Além dos benefícios nutricionais, a horta doméstica também se destaca pela facilidade de adaptação à rotina urbana. Mesmo em espaços reduzidos, o resultado aparece no bolso e no aproveitamento do espaço: menos desperdício, economia nas compras e a prova de que produzir em casa é simples, acessível e possível mesmo em poucos metros quadrados.

Espaço e circulação

Para muitos, o impedimento principal é o espaço, ou no caso, a falta dele. Seja qual for o formato, uma horta vai exigir uma determinada área, e dependendo do local, pode até prejudicar a circulação do lar. Contudo, a designer de interiores Aline Silva explica que, quando bem utilizado, o ambiente se torna um detalhe mínimo, mesmo em apartamentos pequenos.

Ela conta que o segredo é integrar a horta ao projeto, aproveitando espaços verticais, como paredes, laterais de armários, prateleiras rasas e áreas próximas às janelas, usando também vasos suspensos ou modulares. “Quando a horta é pensada como parte do design e não como um elemento improvisado, deixa de ocupar espaço e passa a qualificar o ambiente”, diz.

A designer recomenda os painéis com vasos encaixados, prateleiras rasas perto da janela e suportes modulares, que são “escadinhas”. Os vasos suspensos são uma boa solução para quem prefere manter o chão livre e a horta vira parte da decoração.



Para quem mora de aluguel e não pode furar as paredes, também existem soluções, como é o caso de estantes mais leves, hortas portáteis, encaixes em janelas e até ganchos adesivos. O mais importante é pensar em algo fácil de montar e de remover depois, sem deixar marcas.

A cozinha costuma ser o local mais desejado para a horta, pela praticidade no uso diário, mas exige alguns cuidados. Segundo a designer de interiores Rebeca Abner, o calor do fogão e a gordura liberada

durante o preparo dos alimentos podem prejudicar as plantas. “O ideal é manter a horta perto de uma janela bem iluminada e, sempre que possível, a pelo menos um metro e meio do fogão”, orienta.

Manutenção e limpeza

Para que a horta funcione de verdade dentro de casa, não basta plantar: é preciso que a manutenção seja simples e compatível com a rotina. Rebeca reforça que a organização dos vasos faz toda a diferença tanto na limpeza quanto no cuidado com as plantas.