

EFEITOS DE UM JARDIM VIBRACIONAL PARA OS MORADORES DA BAIXADA CUIABANA

Eneidy Costa Nardes¹
Maria Corette Pasa²

RESUMO - O jardim vibracional é o local onde se cultivam diversas espécies de plantas que tem a função de emitir boas energias para o ambiente e para as pessoas. O estudo tem como objetivo identificar junto à população da Baixada Cuiabana - MT os efeitos de um jardim vibracional em sua residência. Os dados foram recolhidos pela ferramenta Google Forms, disponibilizado pela internet durante os meses de abril e maio de 2021. Os resultados conferem a participação de 121 pessoas acima de 18 anos, sendo a maioria do gênero feminino. A escolaridade registrou de ensino médio completo à Doutorado. A religião predominante é a católica, seguido da Evangélica. A maioria dos participantes tem sua naturalidade na Baixada Cuiabana. Os dados etnobotânicos registram 137 espécies botânicas e 76 famílias botânicas, sendo as de maior representatividade Lamiaceae, Asteraceae e Araceae. Um total de 834 citações de usos para as categorias Alimentar, Ornamental e Medicinal, as mais expressivas com 57%, 55,4%, 52,1%, respectivamente. Dentre os sentidos experimentados no jardim vibracional a visão teve maior expressividade (60,30%) e se conectam as plantas através de conversas, toques, sabor e aromas, este último especialmente de flores e frutos. Entre os participantes, 58,70% responderam que o elemento mais atrativo nos parques são plantas e bancos, porque podem sentar e admirar a paisagem no torno. Dentre os formatos adotados para a configuração do jardim o tipo mais frequente é o jardim vertical (66,10%). A maioria das pessoas apreciam as plantas frutíferas em sua residência devido à beleza, perfume das flores e também como alimento, auxiliando na saúde e soberania alimentar. Conclui-se que os efeitos de um jardim vibracional para os moradores da baixada cuiabana é um legado que envolve o conhecimento popular sobre o uso das plantas, em especial as medicinais, e representa um meio cultural vinculado à herança ambiental transmitida entre gerações.

Palavras-chave: Etnobotânica, Quintal, Jardim Sensorial, Saúde.

EFFECTS OF A VIBRATIONAL GARDEN FOR THE RESIDENTS OF BAIXADA CUIABANA

ABSTRACT: The vibrational garden is a place where several species of plants are cultivated that have the function of emitting good energy to the environment and to people. The study aims to identify with the population of the Baixada Cuiabana - MT the effects of a vibrational garden in their homes. The data were collected by the Google Forms tool, made available over the internet during the months of April and May 2021. The results show the participation of 121 people over the age of 18, the majority being female. The level of education ranged from complete high school education to a Ph. The predominant religion is Catholic, followed by Evangelical. Most of the participants were born in the Cuiabana Lowlands. The ethnobotanical data recorded 137 botanical species and 76 botanical families, the most representative being Lamiaceae, Asteraceae and Araceae. A total of 834 citations of uses for the categories Food, Ornamental and Medicinal, the most expressive with 57%, 55.4%, 52.1%, respectively. Among the senses experienced in the vibrational garden, vision had the highest expressivity (60.30%) and connect with plants through conversation, touch, taste and aromas, the latter especially of flowers and fruits. Among the participants, 58.70% answered that the most attractive element in the parks are plants and benches, because they can sit and admire the landscape around them. Among the formats adopted for the garden configuration the most frequent type is the vertical garden (66.10%). Most people appreciate fruit plants in their homes because of the beauty, the fragrance of the flowers, and also as food, helping in health and food sovereignty. It is concluded that the effects of a vibrational garden for the residents of the baixada cuiabana is a legacy that involves the popular knowledge about the use of plants, especially the medicinal ones, and represents a cultural means linked to the environmental heritage transmitted between generations.

Keywords: Ethnobotany, Backyard, Sensory Garden, Health.

¹Graduanda do Curso de Agronomia. UFMT, Campus de Cuiabá. E-mail: eneidycosta@gmail.com

²Prof^a Dra. do Departamento de Botânica e Ecologia, UFMT. Cuiabá. E-mail: pasaufmt@gmail.com

INTRODUÇÃO

No mundo todo, o crescimento das cidades implicou em uma diminuição da disponibilidade de espaços verdes e a vida social urbana, dissociados das vivências de conhecimentos e práticas ecológicas (DUNCAN 2011; LOSOSOVÁ. 2011). O solo das cidades está impermeabilizado, em grande parte, com asfalto, concreto e calçadas (DIAS, 1997). O ritmo de vida mais acelerado e o confinamento doméstico causado pela insegurança das ruas proporcionam a necessidade de novas atitudes (ABBUD, 2006). Entre as estratégias para reverter esse processo destacam-se as áreas verdes: arborização urbana, parques florestais, calçadas ecológicas e implantação de jardins (JACOBI, 2008).

A constante degradação e alteração da natureza pelo homem vêm gerando preocupações no modo de agir e levando muitas pessoas a procurarem práticas para reinserir a natureza ao espaço outrora invadido, devastado e habitado inconsequentemente. Devido ao desenvolvimento desenfreado das grandes cidades, os habitantes passam a sentir a necessidade de se reconciliar com a natureza, procurando implantar áreas verdes nos espaços que estão disponíveis em meio às construções, recompondo a paisagem (BARBOSA, 2000, p. 11).

Nesta abordagem, o paisagismo serve como uma ferramenta de auxílio para recriar espaços vivos e ter de volta áreas verdes em nossa convivência. A natureza fornece vida, é fundamental a sua preservação. Sem as plantas essa vida não existiria e a jardinagem fornece a chance de transformar positivamente, melhorando as condições ambientais locais, reflorestando áreas, agindo em uma área considerada inadequada e as transformando em um jardim maravilhoso (TUPIASSU, 2008, p.16).

Os jardins são uma antiga terapia e suas formas de construção desde os primórdios buscam estimular os sentidos humanos. E sempre tiveram uma existência marcante no desenvolvimento cultural de diferentes povos da antiguidade como babilônicos, egípcios, gregos, romanos e árabes, como lazer ou por suas propriedades terapêuticas, o contato com a natureza e seus diversos usos tem relevância nas civilizações (LEÃO, 2007).

Os jardins domésticos constituem um atributo singular das cidades brasileiras, com características culturais próprias. Na transição do rural para o urbano, os lotes residenciais que formavam as primeiras configurações urbanas contavam com um quintal. A palavra ‘quintal’ tem como significado ‘pequena quinta’, cuja própria etimologia da palavra implica numa ideia de produção rural. Essa área era reservada para cultivo de plantas, em hortas e pomares, criação (SILVA, 2004).

Os jardins medicinais é uma alternativa a ser explorada devido a beleza das plantas medicinais e ornamentais que atraem muitos visitantes, além de agentes polinizadores, e servem para práticas de educação ambiental (INDIANA MEDICAL HISTORY MUSEUM, 2008).

Por outro lado, deficientes visuais raramente podem apreciar a beleza de um jardim convencional, ao passo que um jardim com plantas medicinais e/ou condimentares, fortemente aromáticas, pode agradar também esse público alvo, uma vez que o paisagismo envolve a visão, o olfato, a audição, o paladar e o tato, o que proporciona uma rica vivência sensorial ao somar as mais diversas e completas experiências perceptivas (ABBUD, 2006).

As plantas medicinais representam fator de grande importância para a manutenção das condições de saúde das pessoas. Além da comprovação da ação terapêutica de várias plantas utilizadas popularmente, a fitoterapia representa parte importante da cultura de um povo sendo também parte de um saber utilizado e difundido pelas populações ao longo de várias gerações (TOMAZZONI *et al.*, 2006; PASA *et al.* 2019).

Normalmente, quando falamos da ação curativa dos vegetais, associamos essas propriedades ao efeito das composições químicas, aos elementos e compostos que, sem dúvida alguma, atuam sobre nosso organismo, exercendo variadas funções. Essa antiga medicina é conhecida como Fitoterapia.

No entanto, a Fitoenergética apresenta uma abordagem totalmente diferente, que exalta o poder oculto das plantas, relacionado às propriedades vibracionais, ou seja, avaliando, desta forma, a energia sutil contida nelas.

As plantas e o reino vegetal em todo seu contexto possuem grande capacidade de nos oferecer energia, um tipo de vibração que é rapidamente assimilado pela aura de todos os seres vivos. As plantas têm a capacidade de armazenar um padrão de energia sutil e superior, tornando os vegetais verdadeiros enviados de Deus, perfeitos veículos de manifestação da consciência divina (GIMENES, 2017). Essa vibração que assimilamos com admirável facilidade tem a capacidade de elevar nossos padrões conscienciais a níveis superiores que podem nos levar à cura das emoções densas, nossa maior meta. Assim, as plantas têm sido amigas de jornada, oferecendo emanções de vibrações curativas, energizantes, harmonizantes e amorosas. Quando nos alinhamos ao coração do Reino Vegetal e sua missão, aproveitamos melhor essa dádiva divina e começamos a descobrir um universo inimaginável de beleza e amor (GIMENES, 2017),

Conforme CONAPA (2021), um jardim energético tem uma função extra de nutrir a alma, equilibrar energias e principalmente, curar o stress. Um projeto de paisagismo criado com enfoque na energia cria espaços muito além de esteticamente bonitos. Desta forma, a beleza sempre faz parte de uma vibração elevada e a união dos princípios da filosofia chinesa do Feng Shui, radiestesia, da intuição e sensibilidade complementam a criação de um Jardim Vibracional ou Energético.

MATERIAL E MÉTODOS

Área de estudo

Os dados foram coletados junto à população da Baixada Cuiabana, região formada por 14 municípios localizados geograficamente ao redor da capital do estado, Cuiabá, abrangendo uma área de 85.369,70 km². São eles: Acorizal, Barão de Melgaço, Campo Verde, Chapada dos Guimarães, Cuiabá, Jangada, Nobres, Nossa Senhora do Livramento, Nova Brasilândia, Planalto da Serra, Poconé, Rosário Oeste, Santo Antônio do Leverger e Várzea Grande (Figura 1). (GARBIN *et al.* 2006; MDA, 2014).

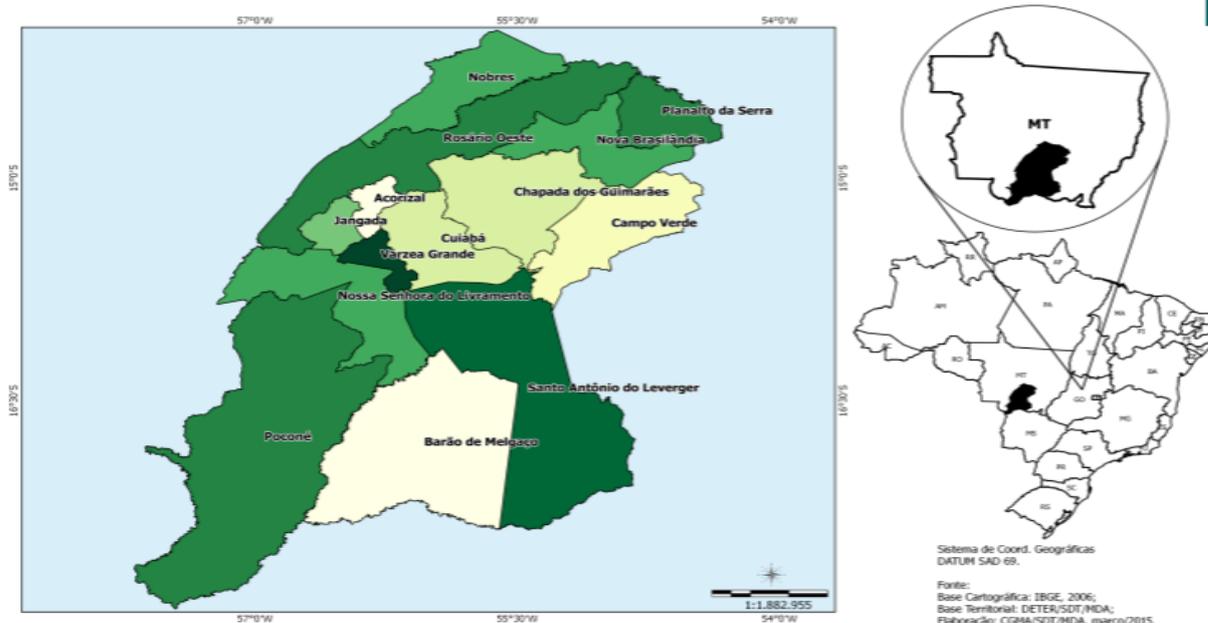


Figura 1: Municípios pertencentes à Baixada Cuiabana. MT.

Fonte: IBGE, 2006; Base Territorial: DETER, SDT, MDA; Elaboração: CGMA, SDT, MDA; março/2015.

Na região da baixada cuiabana o bioma predominante é o cerrado (Ipdu, 2007). As áreas periféricas da cidade são dominadas pela vegetação de cerrado, com árvores de 4 metros de altura, caule e ramos retorcidos; suberosos, folhas coriáceas, com copas que se tocam e cerradão, tipo vegetacional florestal de cerrado, com árvores de 8 metros de altura e copas entrelaçadas. A mata ciliar acompanha os corpos d'água e tem árvores com 10 metros de altura. A mata semidecídua e a mata de encosta, com espécies arbóreas com estratos contínuos de 10 metros de altura ocorrem mescladas aos demais tipos de vegetação e nas áreas de relevo mais acentuado (GUARIM, 1990). O clima da região é caracterizado por dois períodos: um chuvoso (de outubro a abril) e outro seco (maio a setembro), com precipitação média acumulada nos últimos anos de 1.496 mm (FONSECA, 2008).

Inventário Etnobotânico

Os dados foram recolhidos através da ferramenta Google Forms, na qual foi destinado à população da Baixada Cuiabana, sendo disponibilizado pela internet. A aplicação do Questionário virtual ocorreu durante os meses de abril e maio de 2021, com um total de 121 informantes maiores de 18 anos de idade. Os estudos foram conduzidos de acordo com a Declaração de Helsinque e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa CEP – Saúde – UFMT, com o Parecer CAAE nº 03646018.9.0000.8124.

O Questionário possui 21 questões, sendo distribuídas em múltiplas escolhas, de natureza objetiva e dissertativa. De início, para garantir a ética na pesquisa, o participante foi informado sobre a importância do TCLE (Termo de Consentimento Livre Esclarecido) na qual esclarece que o fornecimento de informações é de livre e espontânea vontade, sendo preservada a identidade. Logo, ao clicar em aceitar este termo, o participante respondeu perguntas socioeconômicas, como: nome, idade, religião, naturalidade, escolaridade, sexo etc. Em seguida, foram questões direcionadas ao proposto da pesquisa, como: conhecimento sobre

jardim vibracional, frequência, presença e importância de áreas verdes etc. A identificação botânica seguiu Lorenzi e Matos (2008), Lorenzi (2013), e APG IV (APG IV 2016) e Flora do Brasil (floradobrasil.jbrj.gov.br) e Missouri Botanical Garden (<http://mobot.mobot.org/W3T/Search/vast.html>). As indicações dos benefícios das plantas sobre a saúde foram agrupadas conforme proposto pelo International Classification of Diseases (ICD 10) da World Health Organization (WHO 2014).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Características socioculturais

No total participaram 121 pessoas de ambos os sexos e maiores de 18 anos de idade. Os dados socioculturais envolvem o registro das características socioeconômicas dos participantes e foram agrupados no Quadro 1.

QUADRO 1. Dados Socioeconômicos. Baixada Cuiabana – MT

POPULAÇÃO PARTICIPANTE DA PESQUISA			
Dados Socioeconômicos	Categorias	% (total)	Nº de Pessoas
Gênero %	Feminino	66,90%	81
	Masculino	33,10%	40
Idade	18 a 29 anos	67,80%	82
	30 a 39 anos	14,90%	18
	40 a 49 anos	7,40%	09
	50 a 59 anos	7,40%	09
	60 anos ou mais	2,50%	03
Estado Civil	Solteiro (a)	73,60%	89
	Casado (a)	12,40%	15
	União Estável	7,40%	09
	Divorciado (a)	4,10%	05
	Outros	0,80%	03
Escolaridade	Ensino Médio Completo	12,40%	15
	Ensino Superior Incompleto	52,10%	63
	Ensino Superior Completo	11,60%	14
	Especialização	7,40%	09
	Mestrado	7,40%	09
	Doutorado	7,40%	09
	Outros	0,80%	02
Religião	Católica (o)	46,30%	56
	Evangélica	16,50%	20
	Espiritualista	12,40%	15
	Espirita	5,80%	07
	Agnóstico	2,50%	03
	Umbanda	1,70%	02
	Outros	14,80%	18
Origem	Mato Grosso	55,0%	67
	Outros Estados Brasileiros	20,0%	24
	Não disse	25,0%	31

Os resultados mostram que a maior participação é do gênero feminino, com idade de 18 a 29 anos e o estado civil com predominância para solteiros (as). Quanto à escolaridade, a maioria possui nível superior incompleto, seguidos de ensino médio completo, pós-graduados com Especialização, Mestrado e Doutorado. A religião predominante é a católica, seguido da Evangélica. Para o quesito origem grande parte tem sua naturalidade na Baixada Cuiabana. Os dados etnobotânicos após terem sido registrados em planilha do Excel são apresentados no Quadro 2.

QUADRO 2. Dados etnobotânicos sobre os usos do jardim vibracional.

Questões	Categoria	% Total	Nº de Pessoas
Conhecimento sobre Jardim Vibracional	Conhece	32,20%	39
	Não conhece	67,80%	82
Residências com jardim vibracional	Tem jardim	28,10%	34
	Não tem jardim	71,90%	87
Plantas mais vistas ou cultivadas no Jardim	Floral/ Aromáticas	48,80%	59
	Medicinal	52,10%	63
	Condimentares	37,20%	45
	PANC's	18,20%	22
	Ornamental	55,40%	67
	Frutíferas	57%	69
	Não sei dizer	2,50%	03
	Não tem Jardim	15,70%	19
	Outros	1,60%	02
Ida em locais com Áreas Verdes / Parques	Sim	62%	75
	Não	4,10%	05
	Às vezes	33,90%	41
Bairros onde residem com Áreas Verdes	Sim	73,60%	89
	Não	26,40%	32
O emocional em Jardim fica melhor	Sim	95%	115
	Não	5%	06
Quais as melhoras do emocional	Alívio de Estresse	71,90%	87
	Espantou a tristeza	50,40%	61
	Melhorou Ansiedade	55,40%	67
	Aumento Disposição	40,50%	49
	Calma / Tranquila	90,90%	110
	Ajudou na Depressão	22,30%	27
	Nunca Observou	2,50%	03
	Outros	2,40%	03
Reconhece a energia das plantas ao estar no Jardim	Sim	73,60%	89
	Não	26,40%	32
Qual dos 5 sentidos mais agrada ao estar no Jardim	Visão	60,30%	73
	Olfato	25,60%	31

	Tato	5%	06	
	Audição	9,10%	11	
	Paladar	0%	00	
Elementos encontrados no Jardim	Cascatas	11,60%	14	
	Pedras / Cristais	19%	23	
	Pontes	18,20%	22	
	Reservatório / lagos	27,30%	33	
	Estátua / Escultura	9,10%	11	
	Vasos	51,20%	62	
	Luminária / lanterna	32,20%	39	
	Bancos	58,70%	71	
	Não frequento	1,70%	02	
	Outros	10,40%	13	
	No jardim costumar praticar	Exercícios Físicos	34,70%	42
		Meditação	16,50%	20
Yoga		5%	06	
Leitura		18,20%	22	
Contemplação / Lazer		80,20%	97	
Não costumo ir		0,80%	01	
Outros		5,60%	07	
Tipos de Jardins mais conhecidos	Jardim Vertical	66,10%	80	
	Jardim Japonês	29,80%	36	
	Jardim Sensorial	28,90%	35	
	Jardim Francês	5%	06	
	Jardim Italiano	3,30%	04	
	Jardim Inglês	10,70%	13	
	Nenhum	23,10%	28	
	Outros	8%	10	

Para 57% dos participantes o cultivo de frutíferas é um cultivo muito apreciado na região da baixada cuiabana porque para eles o termo jardim é visto como um quintal que lhes proporciona beleza, aroma, encanto, alimento e remédio. O conceito de jardim varia entre as pessoas participantes da pesquisa, pois até um minivaso foi citado como jardim vibracional. Deste modo, a presença de vasos dentro de nossas casas serve para ajudar na energia do ambiente, e pode ser em diversos cômodos, e não necessariamente ter um jardim no quintal. Segundo a Embrapa “As dimensões de um ecossistema, determinadas para efeito de estudo, geralmente não ocorrem naturalmente, desta forma, um vaso ou uma cidade podem ser exemplos de ecossistemas, mesmo criados pela ação humana. Assim fica claro, que um ecossistema pode ter desde alguns cm² até milhares de km²” (VILELA, 2007).

As pessoas costumam se conectar com a natureza, assim como mostra no Quadro 2, na qual 62% visitam locais com áreas verdes. E isso é um ótimo sinal porque as áreas verdes trazem inúmeros benefícios para saúde e a qualidade de vida. Porém, 33,90% não tem uma frequência

regular, sendo um grupo que vai às vezes. O que poderia ser feito para estimular mais as pessoas a saírem e conhecerem o poder de um jardim?

O acesso facilita muito a participação das pessoas, por isso ter áreas verdes próximas de casa, além de ajudar a transmitir boas energias, seja talvez um dos estímulos para as pessoas passar a frequentar. Estudos de (Bennett, 1998) destacam a presença de espaços dispostos de árvores e zonas de relvado (jardins/parques), podem motivar a saída de casa e à socialização, assim como o estabelecimento da comunicação presencial entre indivíduos, sendo a perspectiva desta relação reforçada e referenciada em vários estudos como indutores de saúde, inclusive mental.

Para 73,60% dos participantes disseram possuir áreas verdes próximas de suas casas e também que o lado emocional fica muito melhor ao estar em lugares com plantas, pois o verde promove paz e boas energias para o corpo e alma. Neste sentido, maiores ações públicas, especialmente pela prefeitura e governo deveriam ser executadas, potencializando o investimento em lazer, com opções gratuitas para relaxar, distrair e sair da rotina.

Os resultados mostram que 95% das pessoas referem que a presença do jardim vibracional promove um bem-estar mental e harmônico e com melhorias para calma e tranquilidade, devido à energia das plantas. Assim, 73,60% dos participantes reconhecem a energia das plantas, consegue sentir o seu poder transformador, pois ao estar próximo das plantas, relatam que sentem a sua energia e restaurando as forças e a energia. A sensação é boa e nos faz repensar sobre ter mais plantas dentro de casa e assim nos aproximar mais ainda deste contato.

Dentre os formatos adotados para a configuração do jardim o tipo mais conhecido foi o Jardim Vertical (66,10%). O termo “Jardim vertical” é utilizado para designar o desenvolvimento de plantas sobre estruturas ou compartimentos dispostos verticalmente. O desenvolvimento vegetativo pode ser efetuado diretamente sobre a superfície de paredes localizadas no interior ou no exterior de edifícios, ou, até mesmo em estruturas fixas, ou não, às mesmas (BARBOSA E FONTES, 2016; OTTELÉ, 2011).

Dentre os cinco sentidos experimentados pelo homem no jardim vibracional a visão teve expressividade com 60,30%, e se referem à beleza das plantas, às belas cores e às belas formas e assim referem: “...nós admiramos a natureza das plantas e nos reconectamos melhor no meio em que estamos”. Os outros sentidos como olfato, sabor e tato são muito apreciados nesta relação etnobotânica no jardim vibracional de sua residência. Ao passearem pelo jardim eles se conectam as plantas, através de conversas, toques, sabor e aromas, este último especialmente de suas flores e frutos. Desta forma, 80,20% dos participantes disseram visitar parques para praticar a contemplação, assim como mostra no Quadro 2. Essa contemplação visual e também de outros sentidos, se tornam prazerosos e um ponto importante para visitas com maior frequência aos parques/áreas verdes. As pessoas relatam que ao inalar um cheiro de uma flor ou mesmo de uma planta, já ocorre ajuda no processo de cura e do bem-estar físico e emocional.

A questão dos sentidos usados na contemplação dos jardins e nas paisagens explica essa complexa relação física, estética e sensorial, entre a sociedade e seu meio, realçando suas manifestações sensoriais. É um prazer e, ao mesmo tempo, um desafio mergulhar na paisagem, se deixando envolver pela atmosfera terrestre, sentir a natureza, aguçar os sentidos ao estar em um jardim. E contemplar uma paisagem, desencadeia profundos sentimentos no homem, sensações nascidas da relação entre sua trajetória histórica e cultural. Essa experiência transcorre gerando percepções e emergindo sentimentos de surpresa, bem estar, saudades, melancolia, alegria, e tantos outros (NOGUEIRA; DUARTE, 2010).

Para a contemplação e o desfrutar de um jardim vibracional os elementos decorativos auxilia e transmite boas energias. Esses elementos podem ser lagos, cascata, luzes, pontes entre

outros. Neste estudo 58,70% das pessoas responderam que o elemento mais atrativo nos parques foram os bancos e as plantas, na qual podemos sentar e admirar a paisagem no torno.

Um total de 834 citações de usos etnobotânicos, para as etnocategorias medicinal e alimentar foram registrados para as espécies botânicas presentes no jardim vibracional das residências dos informantes. Os dados etnobotânicos registram 137 espécies botânicas e 76 famílias botânicas presentes nos jardins, conforme Quadro 3. As famílias botânicas de maior representatividade são Lamiaceae, Asteraceae e Araceae, conforme Quadro 3. Estudos em comunidades Afrodescendentes do Brasil, Europa e África destacam que o número de plantas usadas no exercício da medicina tradicional dessas comunidades é expressivo e representado principalmente pelas famílias botânicas Lamiaceae, Asteraceae, Myrtaceae e Rutaceae (PASA *et al.*, 2019).

Asteraceae é uma das maiores famílias de angiospermas e é amplamente distribuída em todo o mundo. Está muito bem representada no Brasil, principalmente em ambientes abertos como cerrado (Hattori e Nakajima, 2008; Souza *et al.*, 2018). Lamiaceae está presente em todos os biomas brasileiros (LEWIS *et al.*, 2005; SOUZA *et al.*, 2018). Segundo PASA (2020), as famílias botânicas acima mencionadas, possuem potencial ornamental, medicinal e gastronômico extraordinário, pois são amplamente utilizados por comunidades tradicionais rurais ou urbanas mato-grossenses devido à trajetória cultural de ocupação entre o Velho e o Novo Mundo. Araceae possui grande importância econômica, visto que diversas espécies podem ser utilizadas na alimentação, no fornecimento de fibras para o artesanato, na medicina popular e, principalmente, como ornamental, devido à beleza de suas folhagens e inflorescências (SOARES E MAYO, 1999).

QUADRO 3. Plantas presentes no Jardim Vibracional.

Nome Comum	Nome Científico	Família	FA
Rosa-do-deserto	<i>Adenium obesum</i> Balf. F.	Apocynaceae	51
Cebolinha	<i>Allium fistulosum</i> L.	Amaryllidaceae	31
Boldo	<i>Coleus</i> sp.	Lamiaceae	25
Limoeiro	<i>Citrus limon</i> L.	Rutaceae	23
Cacto	<i>Cereus peruvianus</i> (L.) Mill.	Cactaceae	21
Hortelã	<i>Mentha spicata</i> L.	Lamiaceae	20
Babosa	<i>Aloe vera</i> (L.) Burm. F.	Xanthorrhoeaceae	19
Orquídea	<i>Cattleya purpurata</i> (Lindl. & Paxton) Van den Berg	Orquidaceae	19
Espada-de-São Jorge	<i>Sansevieria trifasciata</i> Prain.	Asparagaceae	19
Roseira	<i>Rosa chinensis</i> Jacq.	Rosaceae	18
Alecrim	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Lamiaceae	17
Acerola	<i>Malpighia puniceifolia</i> L.	Malpighiaceae	17
Samambaia	<i>Nephrolepis exaltata</i> (L.) Schott.	Davalliaceae	16
Jabuticaba	<i>Myrciaria cauliflora</i> (Mart.) O.Berg,	Myrtaceae	16
Mamoeiro	<i>Carica papaya</i> L.	Caricaceae	16
Manjerição	<i>Ocimum basilicum</i> L.	Lamiaceae	16

Mangueira	<i>Mangifera indica</i> L.	Anacardiaceae	14
Capim cidreira	<i>Cymbopogon citratus</i> (D.C.) Stapf.	Poaceae	13
Coqueiro	<i>Cocos nucifera</i> L.	Arecaceae	11
Ora-pro-nóbis	<i>Pereskia aculeata</i> Mill.	Cactaceae	11
Onze-horas	<i>Portulaca grandiflora</i> Hook.	Portulacaceae	10
Jibóia	<i>Epipremnum pinnatum</i> (L.) Engl.	Araceae	10
Pimenta	<i>Capsicum</i> spp	Solanaceae	10
Erva cidreira	<i>Melissa officinalis</i> L.	Lamiaceae	10
Arruda	<i>Ruta graveolens</i> L.	Rutaceae	9
Amora	<i>Morus nigra</i> L.	Moraceae	8
Maracujá	<i>Passiflora edulis</i> Sims.	Passifloraceae	8
Terramicina	<i>Alternanthera dentata</i> (Moench) Stuchlik	Amaranthaceae	8
Cajueiro	<i>Anacardium occidentale</i> L.	Anacardiaceae.	7
Zamioculca	<i>Zamioculcas zamiifolia</i> (Lodd.) Engl.	Araceae	7
Salsinha	<i>Petroselinum crispum</i> (Mill.)	Apiaceae	7
Açafrão	<i>Curcuma longa</i> L.	Zingiberaceae	7
Pitanga	<i>Eugenia uniflora</i> L.	Myrtaceae	7
Costela-de-Adão	<i>Monstera deliciosa</i> Liebm	Araceae	6
Bananeira	<i>Musa paradisiaca</i> L	Musaceae	5
Comigo-ninguém-pode	<i>Dieffenbachia seguine</i> (Jacq.) Schott	Araceae	5
Fruta-do-conde	<i>Annona squamosa</i> L.	Annonaceae	5
Rucula	<i>Eruca sativa</i> . L.	Brassicaceae	5
Abacaxi	<i>Ananas comosus</i> L.	Bromeliaceae	5
Gramma	<i>Graminea</i> sp.	Poaceae	5
Camomila	<i>Chamomilla recutita</i> (L.)	Asteraceae	4
Primavera	<i>Bougainvillea glabra</i> Choisy	Nyctaginaceae	4
Romã	<i>Punica granatum</i> L.	Punicaceae	4
Laranjeira	<i>Citrus sinensis</i> L.	Rutaceae	4
Vinca	<i>Catharanthus roseus</i> (L.)	Apocynaceae	4
Palmeira	<i>Dypsis</i> sp.	Arecaceae	4
Pinheiro	<i>Araucaria angustifolia</i> (Bertol.)	Araucariaceae	3
Colônia	<i>Alpinia speciosa</i> (Blume) D. Dietr.	Zingiberaceae.	3
Guiné	<i>Petiveria alliacea</i> L.	Phytollacaceae.	3
Hibisco	<i>Rosa sinensis</i> L.	Malvaceae	3
Lírio	<i>Lilium</i> sp	Lilium sp.	3
Batata doce	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.	Convolvulaceae	3
Tomate	<i>Lycopersicon esculentum</i> Mill.	Solanaceae	3
Couve	<i>Brassica oleracea</i> L.	Brassicaceae	3

Uva	<i>Vitis vinifera</i> L.	Vitaceae.	3
Moringa	<i>Moringa oleifera</i> Lam.	Moringaceae	3
Pimentão	<i>Capsicum annuum</i> L.	Solanaceae	3
Gengibre	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Zingiberaceae	3
Mirra	<i>Commiphora myrrha</i> (Nees) Engl.	Burseraceae	3
Aranto	<i>Bryophyllum daigremontianum</i> Raym.	Crassulaceae	3
Cica	<i>Cycas revoluta</i> L.	Cycadaceae	3
Orégano	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Lamiaceae.	2
Erva Doce	<i>Pimpinella anisum</i> L.	Apiaceae	2
Quiabo	<i>Abelmoschus esculentus</i> L. Moench	Malvaceae	2
Caninha-do-brejo	<i>Costus spicatus</i> Swartz	Zingiberaceae	2
Heliconia	<i>Heliconia</i> sp.	Heliconiaceae	2
Cajá	<i>Spondias mombin</i> L.	Anacardiaceae	2
Alface	<i>Lactuca sativa</i> L.	Asteraceae	2
Abacaxi ornamental	<i>Ananas lucidus</i> Miller	Bromeliaceae	2
Jade	<i>Crassula ovata</i> (Mill.) Druce.	Crassulaceae	2
Ráfia	<i>Rhapis excelsa</i> (Thunb.) A. Henry	Arecaceae	2
Chifre-de-veado	<i>Platynerium bifurcatum</i> (Cav.) C. Chr.	Polypodiaceae	2
Mandioca	<i>Manihot esculenta</i> Crantz	Euphorbiaceae	2
Ipê-de-jardim	<i>Tecoma stans</i> L.	Bignoniaceae.	2
Abóbora	<i>Cucurbita moschata</i> (Duch.)	Cucurbitaceae	2
Figo	<i>Ficus carica</i> L.	Moraceae	2
Dama-da-noite	<i>Cestrum nocturnum</i> L.	Solanaceae	2
Algodoeiro	<i>Gossypium hirsutum</i> L.	Malvaceae.	2
Melão- São-Caetano	<i>Momordica charantia</i> L.	Cucurbitaceae	2
Taioba	<i>Xanthosoma sagittifolium</i> . (L.) Schott	Araceae	2
Cajá manga	<i>Spondias cytherea</i> Sonn	Anacardiaceae	2
Lágrima-de-Cristo	<i>Clerodendrum thomsoniae</i> Balf.	Lamiaceae	2
Coentro	<i>Coriandrum sativum</i> L.	Apiaceae	1
Sálvia	<i>Salvia officinalis</i> L.	Lamiaceae	1
Gervão	<i>Stachytarpheta cayennensis</i> (Rich.) Vah	Verbenaceae	1
Arnica	<i>Solidago chilensis</i> Meyen	Asteraceae	1
Urucum	<i>Bixa orellana</i> L.	Bixaceae	1
Quebra-demanda	<i>Justicia gendarussa</i> Burm.f.	Acanthaceae	1
Árvore-da-felicidade	<i>Polyscias guilfoylei</i> L.H.Bailey	Araliaceae	1
Ixoria	<i>Ixora coccinea</i> L.	Rubiaceae	1
Alamanda	<i>Allamanda cathartica</i> L	Apocynaceae.	1
Gardênia	<i>Gardenia jasminoides</i> J. Ellis	Rubiaceae;	1

Jasmim	<i>Jasminum</i> sp.	Oleaceae	1
Flor-estrela	<i>Stapelia hirsuta</i> L.	Asclepiadaceae	1
Alpinias	<i>Alpinia purpurata</i> (Vieill.) K. Schum.	Zingiberaceae	1
Embaúba	<i>Cecropia</i> sp.	Cecropiaceae.	1
Pokan	<i>Citrus</i> spp	Rutaceae	1
Cereja	<i>Prunus avium</i> L.	Rosaceae	1
Abobrinha	<i>Cucurbita pepo</i> . L.	Cucurbitaceae	1
Avenca	<i>Adiantum</i> spp	Pteridaceae	1
Alfazema	<i>Lavandula</i> sp.	Lamiaceae	1
Bergamota	<i>Citrus reticulata</i> . Blanco.	Rutaceae	1
Jambo	<i>Eugenia malaccensis</i> L.	Myrtaceae	1
Insulina	<i>Cissus sicyoides</i> L.	Vitaceae	1
Almeirão	<i>Cichorium intybus</i> L.	Asteraceae	1
Espirradeira	<i>Nerium oleander</i> L.	Apocynaceae	1
Acácia	<i>Acacia</i> sp.	Fabaceae	1
Beijinho	<i>Impatiens walleriana</i> Hook.f.	Balsaminaceae	1
Quebra-pedra	<i>Phyllanthus niruri</i> L.	Phyllanthaceae	1
Cavalinha	<i>Equisetum giganteum</i> L.	Equisetaceae	1
Lambari-roxo	<i>Tradescantia zebrina</i> Heynh. ex Bosse.	Commelinaceae	1
Íris	<i>Iris germanica</i> L.	Iridaceae	1
Tamboril	<i>Enterolobium contortisiliquum</i> (Vell.)	Fabaceae	1
Jequitibá	<i>Cariniana estrellensis</i> (Raddi) Kuntze	Lecythidaceae	1
Grapete	<i>Spathoglottis unguiculata</i> (Labill.) Rchb.f.	Orchidaceae	1
Pata-de-vaca	<i>Bauhinia variegata</i> (L.)	Fabaceae	1
Melão	<i>Cucumis melo</i> L.	Cucurbitaceae	1
Moréia bicolor	<i>Dietes bicolor</i> (Steud.) Sweet ex Klatt.	Iridaceae.	1
Bambu	<i>Bambusa</i> sp.	Poaceae	1
Chuva de Prata	<i>Leucophyllum frutescens</i> (Berland.) I. M. Johnst	Scrophulariaceae	1
Alho	<i>Allium sativum</i> L.	Alliaceae	1
Alface do Mato	<i>Lactuca serriolla</i> L.	Asteraceae	1
Unha-de-gato	<i>Uncaria tomentosa</i> (Wild.) D.C.	Rubiaceae	1
Mamonas	<i>Ricinus communis</i> L.	Euphorbiaceae	1
Nim	<i>Azadirachta indica</i> A. Juss.	Meliaceae	1
Capim do Texas	<i>Pennisetum setaceum</i> rubrum	Poaceae	1
Mirta	<i>Leptospermum scoparium</i> J.R.Forst. & G.Forst.	Myrtaceae	1
Butiazeiro	<i>Butia</i> spp	Areaceae	1
Washingtonia	<i>Washingtonia robusta</i> H.Wend	Areaceae	1

Mini Ixora	<i>Ixora chinensis</i> Lam.	Rubiaceae	1
Fortuna	<i>Kalanchoe pinnata</i> (Lam.) Pers.	Crassulaceae	1
Cróton	<i>Codiaeum variegatum</i> (L.) A. Juss.	Euphorbiaceae	1
Planta da amizade	<i>Pilea peperomioides</i> . <i>Juncus effusus</i> .	Urticaceae	1
Sangu-de-jardim	<i>Scadoxus multiflorus</i> (Martyn) Raf.	Amaryllidaceae	1
Palmeira Mexicana	<i>us warscewiczianus</i> H . Wendl	Arecaceae	1
Pata-de-elefante	<i>Beaucarnea recurvata</i> Lem	Ruscaceae	1
Gérbera	<i>Gerbera jamesonii</i> Bolus ex Hook.f.	Asteraceae	1
Ipoméia	<i>Ipomoea cairica</i> . Aatoria. (L.) Sweet.	Convolvulaceae	1
Amarilis	<i>Hippeastrum puniceum</i> Lam.	Amaryllidaceae	1
Antúrio	<i>Anthurium andraeanum</i> Linden	Araceae	1
Feijão	<i>Phaseolus vulgaris</i> L.	Fabaceae.	1
Girassol	<i>Helianthus annuus</i> L.	Asteraceae	1
Barba-de-bode	<i>Tillandsia usneoides</i> L.	Bromeliaceae	1
Carambola	<i>Averrhoa carambola</i> L.	Oxalidaceae	1
Pitombeira	<i>Talisia esculenta</i> (Cambess) Radlk	Sapindaceae	1
Hortência	<i>Hydrangea macrophylla</i> (Thunb.) Ser	Hydrangeaceae	1
Hortelã-de-jardim	<i>Mentha x piperita</i> L.	Lamiaceae	1
Cravos	<i>Dianthus caryophyllus</i> L.	Caryophyllaceae	1
Major-gomes	<i>Talinum paniculatum</i> (Jacq.) Gaertn	Talinaceae.	1

Legenda: FA = Frequência Absoluta.

Os resultados se assemelham aos estudos de Pasa (2020) em comunidades mato-grossenses, os quais revelam que muitas espécies da família Lamiaceae são largamente usadas devido às características aromáticas, e por isso denominadas regionalmente de “especiarias”, como a manjerona (*Origanum majorana* L.), hortelã-pimenta (*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng), alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.), manjerição (*Ocimum basilicum* L.), erva-canudo (*Hyptis suaveolens* (L.) Poit.), erva-cidreira (*Melissa officialis*), poejo (*Mentha pulegium*), boldo (*Plectranthus barbatus*), hortelã (*Mentha villosa*) entre outras.

No jardim vibracional as etnocategorias Alimentares, Ornamentais e Medicinais foram as mais expressivas e representadas por 57%, 55,4%, 52,1, respectivamente, conforme a preferência dos informantes (Figura 4). As frutíferas apresentam maior consenso de usos entre as pessoas, de acordo com a frequência absoluta registrada. Portanto, do total da amostra populacional neste estudo, 69 pessoas responderam que apreciam e usam as plantas frutíferas em sua residência devido à beleza, perfume das flores e também como alimento, auxiliando na saúde e soberania alimentar. Assim, nas comunidades da baixada cuiabana o saber local está intrinsecamente associado à promoção de práticas que favorecem os hábitos de segurança alimentar. Segundo a Organização das Nações Unida muitos dos alimentos da subsistência das populações são dependentes das gestões sustentáveis de vários recursos biológicos para a alimentação no mundo atual (FAO, 2005).

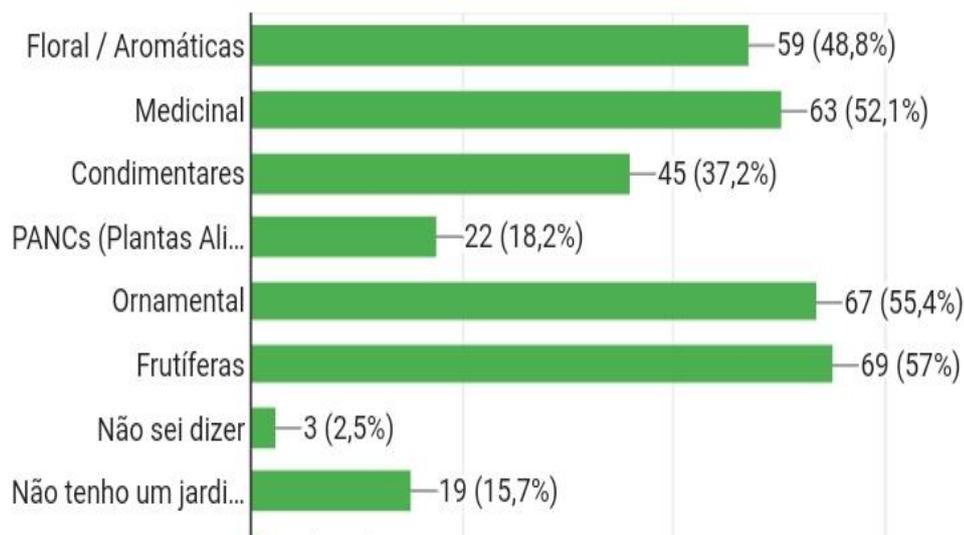


FIGURA 4. Etnocategorias de usos das plantas.

A ornamental *Adenium obesum* é a planta mais frequentemente encontrada nos jardins da população da baixada cuiabana, representando 37% do total das residências. Segundo o jornal Bz Notícias, em uma exposição de feira de rosa do deserto, já deixa evidenciado para os leitores na matéria: “Originária da África do Sul, a rosa do deserto pode chegar a medir 4 metros de altura e um metro e meio de largura. Com um formato exuberante, possui um caule mais grosso na base para suportar vento e fazer a reserva de água. Sua forma se assemelha a uma pequena árvore com raízes visíveis. Outro detalhe interessante é que há a crença que a rosa do deserto proporciona clareza mental, gera mais gentileza, tolerância, amor e atenção”.

Neste contexto, as informações confluem para a prática da medicina tradicional, também conhecida como medicina popular, onde as pessoas revelam o poder de cura das plantas sobre a saúde. Segundo a OMS (2007) a medicina tradicional ou medicina popular envolve os conhecimentos e crenças que incorporam remédios de ervas, animais ou minerais, terapias espirituais, exercícios isolados ou em combinação para manter o bem-estar e tratar, diagnosticar ou prevenir doenças em geral. Desta forma, 90,9% dos participantes do estudo revelam que as plantas presentes no jardim de sua residência são capazes de promover calma e tranquilidade, seguidos de alívio de estresse com 71,9%, melhora da ansiedade com 55,4% e dissipando a tristeza com 50,4%. E assim, do total das plantas presentes nos jardins, cerca de 50% são citadas como as que proporcionam bem-estar mental e espiritual e entre elas as mais frequentes são mangueiras, orquídeas, ipês, coqueiros, rosa do deserto, gramíneas, girassol, acerola, jasmin e hortelã. A preferência destas plantas comprova a multiplicidade de usos para diferentes etnocategorias, como medicinal, ornamental e alimentar, especialmente (Figura 5).

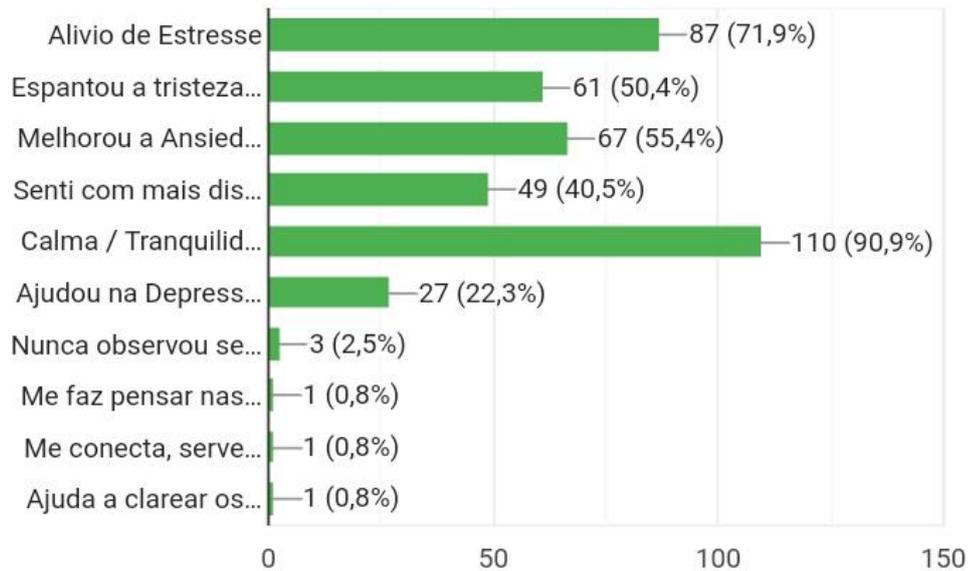


FIGURA 5. Benefício das plantas na saúde das pessoas.

Em se tratando de medicina popular *Capsicum* spp é relatada pelo poder de combater energias pesadas e o negativismo das pessoas, e também porque atrai boas energias emanando vibrações estimulantes. Sua ardência simboliza o fogo, elemento essencial na retirada de más energias. O fogo é um dos elementos mais potentes da natureza, e simboliza a transformação. Assim, eles acreditam que a pimenta transforma as energias negativas em positivas. Também utilizada na gastronomia mato-grossense como tempero do amor, por acreditar que seja afrodisíaca, mas sua fama principal é a de afastar o "mau-olhado" e atrair sorte e prosperidade. Estudos de Cabral (2019), relatam que é muito comum encontrar, também, vasos de pimentas decorando estabelecimentos comerciais. A pimenta é usada em rituais religiosos e capaz de afastar males como inveja, mau-olhado, tristeza, depressão, arca-caída, entre outros. Estudos em comunidades afrodescendentes do Brasil, Europa e África revelam o poder das plantas medicinais em rituais religiosos, especialmente no exercício da medicina tradicional (PASA *et al*, 2019).

Helianthus annuus também é apreciado na baixada cuiabana pela beleza das cores e energia positiva que emite “...todas as manhãs ele parte em busca do sol seguindo a luminosidade porque precisa dela para crescer e florescer... mesmo sem o sol a flor gira em direção à luz”. Segundo a Agência Brasil (2019), o girassol foi tema de campanha para alertar sobre a depressão e em alusão a esse comportamento da natureza, o girassol foi escolhido como símbolo da campanha Na Direção da Vida – Depressão sem Tabu, iniciativa do movimento mundial Setembro Amarelo, que tem o objetivo de abrir o diálogo e alertar a sociedade sobre o tema (ALBUQUERQUE, 2019).

Neste contexto, a interação das plantas e seus usos pelo homem denomina-se etnobotânica. Esta interação pode ocorrer de diversas formas, como utilização de alimentos, vestuários, mágica (espiritual), ornamental e medicinal. Estudos etnobotânicos revelam como determinadas culturas se manifestam, como são seus ritos, comportamentos, simbologia e interação com as plantas e o ambiente em eu vivem e convivem, e assim colaborando para a formação de um conhecimento histórico das populações tradicionais. No entanto, o principal foco dos estudos etnobotânicos se revela através dos usos de plantas medicinais, cooperando de

forma ativa para estudos e disponibilização de fitoterápicos e formulação de novas drogas (ALBUQUERQUE, 2005; PASA, 2019; 2020).

Os depoimentos abaixo destacam a importância do jardim vibracional e sua influência positiva no cotidiano das pessoas.

“...em um jardim de um escritório, que é projetado segundo um enfoque na energia, buscamos harmonizar as pessoas, melhorando os relacionamentos e a criatividade ... melhorando o bem-estar, as pessoas produzem melhor e são mais felizes, possibilitando o entendimento e o respeito mútuo. Um jardim comercial proporciona grandes vantagens e atrai as pessoas para se sentirem confortáveis” (Sra. H. C. A, 51 anos).

Os jardins vibracionais são presentes na baixada cuiabana e de grande importância na sua capacidade de equilibrar internamente, através da energia positiva proporcionando bem-estar e equilíbrio emocional para as pessoas. Benefícios gerais de um jardim vão além da atração estética e podem ser agrupados em três grupos principais: social, ecológico e econômico (OTTELÉ, 2011). Ao grupo de benefícios sociais estão associados os impactos ao nível da saúde psicológica e da estética (SHIAH e KIM, 2011).

CONCLUSÕES

A importância de um jardim vibracional nas residências da baixada cuiabana é um legado que envolve o conhecimento popular sobre o uso das plantas, em especial as medicinais e alimentares, e representam um meio cultural vinculado à herança ambiental transmitida entre gerações. A prática de cultivar e apreciar as plantas do jardim da residência nas comunidades é expressivo e representa a maneira mais imediata e econômica para cuidar da saúde da família.

O estudo não fornece uma descrição etnobotânica exaustiva das áreas estudadas e tal esforço ainda é necessário, pois abriria caminho para futuros estudos que possam dar um retorno à sociedade em geral. Finalmente, propalar informações sobre o uso de plantas na prática da medicina popular em meio às pluralidades culturais, contribuirá para o fortalecimento dos valores e da riqueza de diferentes culturas e tradições destas comunidades mato-grossenses.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ABBUD, B. **Criando paisagens: guia de trabalho em arquitetura paisagística**. 2. ed. São Paulo, SP: SENAC, 2006.

ALBUQUERQUE, U.P. de. **Introdução à etnobotânica**. 2 ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2005. 93 p.

ALBURQUERQUE, F. Girassol é símbolo de campanha para alertar sobre a depressão. Agência Brasil, 2019. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2019-09/girassol-e-simbolo-de-campanha-para-alertar-sobre-depressao-0> Acesso em: 18/06/2021 às 18:00.

ALENCAR, L. D.; CARDOSO, J. C. Paisagismo funcional—O uso de projetos que integram mais que ornamentação. **Revista Ciência, Tecnologia & Ambiente**, v. 1, n. 1, p. 1-7, 2015.

ALMEIDA, A. L. B. S. S. S. L. Estudo para a Elaboração de um Plano de Plantação – Contributo para a Aplicação do Material Vegetal em Projecto de Arquitectura Paisagista – **Relatório para uma Aula teórico-prática**. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Instituto Superior de Agronomia, SAAP, p.14, 2001

ARAÚJO, R. **A Magia do Jardim**. São Paulo: Editora Europa, 2014.

BARBOSA, A. C. da S. **Paisagismo, jardinagem & plantas ornamentais**. São Paulo: Iglu, 2000. 232 p.

BARBOSA, M. C., & Fontes, M. S. G. de C. Jardins verticais: modelos e técnicas. **PARC Pesquisa em Arquitetura e Construção**, 7(2), 114–124. <https://doi.org/10.20396/parc.v7i2.8646304>, 2016.

BENNETT, P. **Golden Opportunities**. Practise. Landscape Architecture, p. 50, 1998.

BRITO, M.A. & COELHO, M.F.B. Os quintais agroflorestais em regiões tropicais unidades autossustentáveis. **Revista Agricultura Tropical**, 1(4): 7-38, 2000.

BOCCALETTO, E. M. A.; MENDES, R. T.; VILARTA, R. **Estratégias de promoção da saúde do escolar: atividade física e alimentação saudável**. Campinas: IPES Editorial, 2010.

BZ. **Noticias. Feira e Rosas do Deserto**, 2019. Disponível em: <https://www.bznoticias.com.br/noticia/feira-rosas-do-deserto-acontece-em-agosto-e-promove-campanha-em-prol-do-lae> Acesso em: 18 de junho de 2021, as 00:00.

CABRAL, M. W. O poder Místico da Pimenta. **Jornal do Sudoeste**, 2019. Disponível em: <http://www.jornaldosudoeste.com.br/noticia.php?codigo=204290> Acesso em: 05 de junho de 2021, as 00:00.

CONAPA. 2021. Disponível em: <https://conapa.com.br/jardins-energeticos-ou-jardins-vibracionais/>. Acesso em: 22 de maio de 2021, as 02:00.

CASTEL-BRANCO, C. A. O apelo aos sentidos no jardim: a luz, a cor e o cheiro das plantas, p. 309 (in VÁRIOS (2000). **III Encontro Nacional de Plantas Ornamentais** - Comunicações. APH - Associação Portuguesa de Horticultura. Viana do Castelo: Auditório do Instituto Politécnico de Viana do Castelo).

COSTA, C. S. Áreas Verdes: um elemento chave para a sustentabilidade urbana. **Arquitextos**, São Paulo, v. 11, 2010, 126 p.

COSTA, M. M. **Parques Urbanos**: Uso e percepção de áreas verdes no Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, Bibliomundi, 2018. 97 p.

CUMMING, R.; PORTER, T. **The Colour Eye**. London: BBC Books, p.7, 1990.

FISHER, M. P.; ZELANSKY, P. **Colour**. London: The Herbert Press, Ltd, 1989.

DIAS, G. F. **Elementos de ecologia urbana e sua estrutura ecossistêmica**. Brasília, DF: IBAMA.1997.

DUNCAN, R. P.; CLEMANTS, S.; E, CORLETT, R. T.; HAHS, A. K.; MCCARTHY, M. A.; MCDONNELL, M.J.; SCHWARTZ, M.W.; THOMPSON, K.; VESK, P. A & WILLIAMS, N. S. G. Plant traits and extinction in urban areas: a meta-analysis of 11 cities. **Global Ecology and Biogeography** 20: 509-519. 2011.

EWAN, J.M.; EWAN, R.F. The Butterfly Effect – Can the Modest Example of thr Elsie McCarthy Sensory Garden Mitigate the Glut of Sensory-starved Urban Landscape? **Landscape Architecture**, p.46 e 47, 2004.

FERREIRA, A.B.H. **Dicionário Aurélio**. 5 ed. São Paulo: Editora Positivo. 2292 p, 2010.

FISHER, M. P.; ZELANSKY, P. Ob. Cit., p. 89. e VÁRIOS (s.d.). **O Jardim em Casa**. 3º fascículo. Lisboa: Diário de Notícias, pp. 78-79, 1989.

FONSECA, M. **Análise harmônica do regime de precipitação em duas localidades da Baixada Cuiabana**. Cuiabá, 66p. (Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Mato Grosso, Instituto de Ciências Exatas e da Terra). Disponível em: http://pgfa.ufmt.br/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=38&limit=10&limitstart=40&order=name&dir=DESC&Itemid=227, 2008.

GARBIN, V. H.; SILVA, M. J.; OLIVAL, A. Plano territorial de desenvolvimento rural sustentável território Baixada Cuiabana-MT. **Brasília: Ministério do Desenvolvimento Agrário** – MDA, 2006. 61 p. Disponível em: Acesso em: 13 abr. 2014.

GENGO, R.C.; H, J.A. A utilização do paisagismo como ferramenta na preservação e melhoria ambiental em área urbana. **Gestão & Sustentabilidade Ambiental**. 1 (2): 55 – 81, 2013.

GIMENES, B. J. **Fitoenergética**: a energia das plantas no equilíbrio da alma. Luz da Serra Editora LTDA, 2017.

GONÇALVES, R.; PAIVA, A. de. **Triuno: Neurobusiness e qualidade de vida**. 2.ed. Clube de autores, 2018.

GUARIM - NETO, G. **Diagnóstico florístico e faunístico da cidade de Cuiabá**. Cuiabá: Universidade Federal de Mato Grosso/Prefeitura Municipal de Cuiabá, 1990. 190 p. (Relatório de Pesquisa).

GUTBERLET, J. Pequena produção nos cerrados e transformações sócio-ambientais: o caso do município de Acorizal na Baixada Cuiabana. **Cadernos do Neru**, n. 3, p. 175-202, 1994.

HATTORI, E.K.O.; NAKAJIMA, J. N. A família Asteraceae na Estação de Pesquisa e Desenvolvimento Ambiental Galheiro, Perdizes, Minas Gerais, Brasil. **Rodriguésia**, v.59, n. 4, p. 687-749, 2008.

IPDU – Instituto de Planejamento e Desenvolvimento Urbano: Disponível em: http://www.cuiaba.mt.gov.br/upload/arquivo/perfil_socioeconomico_de_cuiaba_Vol_III.pdf

HOWARD, P. L. **Women and plants: gender relations in biodiversity management and conservation**. London and New York: Zed Books, 2003. 298 p.

INDIANA MEDICAL HISTORY MUSEUM. **Guide to the Medicinal Plant Garden**. Disponível em: <<http://www.imhm.org/visit/medicinalgardenbook.pdf>>. Acesso em: 25 jul. 2008.

JACKSON, S. A **Forgotten Group?** (Health). London: Green Places, p. 26, 2004.

JACOBI, C. M. **Bases ecológicas para o desenvolvimento sustentável: ecologia urbana**. Disponível em: <<http://www.icb.ufmg.br/big/beds/arquivos/ecourbana.pdf>>. Acesso em: 30 jun. 2008.

KUMAR, B.M. & Nair, P.K.R. The enigma of tropical homegardens. **Agroforestry Systems**, 61: 135-152, 2004.

LEÃO, J. F. M. C. **Identificação, seleção e caracterização de espécies vegetais destinadas à instalação de jardins sensoriais táteis para deficientes visuais, em Piracicaba (SP), Brasil**. 2007. 136f. Tese (Doutorado em Agronomia) – Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz” /Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/11/11136/tde18102007-104447/pt-br.php>, Acesso em: julho de 2014.

LEWIS, G. P.; SCHRIRE, B.; MACKINDER, B.; LOCK, M. Legumes of the World. **Royal Botanic Gardens**, Kew. v. 28, 2005.

LIMA, L.B.; LAMANO-FERREIRA, NASCIMENTO, A.P. Praças públicas de Nova Luzitânia-SP e seus elementos topofílicos e topofóbicos. **Organizações e Sustentabilidade**, Londrina, v.3, nº 2, p. 147-165, 2015.

LOBODA, C. R.; DE ANGELIS, B. L. D. Áreas verdes públicas urbanas: conceitos, usos e funções, *Ambiência*. **Revista do Centro de Ciências Agrárias e Ambientais**, Guarapuava, v.1, nº 1, p.125-139, 2005.

LOSOSOVÁ Z. H.; CHYTRY, M.; CEJKA, T.; DANIHELKA, J.; et al. Diversity of Central European urban biota: effects of human-made habitat types on plants and land snails. **Journal of Biogeography** 38: 1152-1163, 2011.

LOUÇÃO, D. **Cor: Componente do Espaço Urbano** - Tese de Doutorado. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Arquitectura, 1992.

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO AGRÁRIO – MDA. **Programa Territórios da cidadania**. Disponível em: Acesso em: 29 out. de 2014

NAIR, P.R. The enigma of tropical homegardens. **Agroforestry Systems** 12: 135-152, 2004;

NOGUEIRA, S; DUARTE, P. Os Sentidos: jardins e paisagens. In: 5º SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE PAISAGISMO. **Revista Brasileira Horticultura Ornamental**, V.16, Nº 1, 2010, 47-49. Disponível em: Acesso em: 31 mar. 2020.

OLIVEIRA, E.M.S. **Jardim Inclusivo. Contributo para o Estudo das Barreiras Sensoriais no Caso dos Deficientes** Visuais. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Instituto Superior de Agronomia, pp. 26-36, 2004.

OMS. **Classificação estatística internacional de doenças relacionadas a saúde**, Thenth ed. Editora da Universidade de São Paulo, São Paulo. 2007.

OTTELÉ, M. (2011). **The green building envelope: vertical greening**. Delft: TU Delft. Obtido de http://repository.tudelft.nl/assets/uuid:1e38e393-ca5c-45af-a4fe31496195b88d/Proefschrift_The_green_building_envelope_17-06-2011.pdf

PASA, M. C. **Etnobiologia de uma comunidade ribeirinha no alto da bacia do rio Aricá-Açú, Cuiabá, Mato Grosso, Brasil**, 2004. 174 f. Tese (Doutorado) – Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2004.

PASA, M. C.; HANAZAKI, N.; SILVA, O. M. D.; AGOSTINHO, A.B.; ZANK, S.; ESTEVES, M. I. P. N. Medicinal plants in cultures of Afro-descendant communities in Brazil, Europe and Africa **Acta Botânica Brasílica**, v. 33, n. 2, pág. 340-349, 2019.

PASA, M. C. Medicina Tradicional em comunidades mato-grossenses. **Biodiversidade**, v. 19, n. 2, 2020.

ROCHA, R.T.; LELES, P.; SILVIO, N.O.N. Arborização de vias públicas em Nova Iguaçu, RJ: O caso dos bairros Rancho Novo e Centro, **R. Árvore**, v.28, nº 4, p. 599-607, 2004.

SALINGAROS, N. A. **Biophilia and Healing Environments: Healthy Principles For Designing the Built World**. Terrapin Bright Green, New York, 2015. Disponível em:

<https://www.terrapinbrightgreen.com/wp-content/uploads/2015/10/Biophilia-Healing-Environments-Salingarosp.pdf>. Acesso em: 10 Out. 2019.

SANCHES, P. M. **De áreas degradadas a espaços vegetados: potencialidades de áreas vazias, abandonadas e subutilizadas como parte da infra-estrutura verde urbana**. 2011. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Arquitetura e Urbanismo, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011.

SHIAH, K., & Kim, J. **An investigation into the application of vertical garden at the new SUB atrium**. <https://doi.org/10.14288/1.0108430> , 2011

SILVA, F. J. C. M. **Colour/ Space:its quality Management in Architecture**. The colour/space unity as na unity of visual communication. UK, Salford: Time Research Institute. Research Centre for the Built and Human Environment Department Surveying. University of Salford, p.11, 1999.

SILVA, F.J.C.M. **Cor e Espaço: Quantidade e Qualidade**. Lisboa, p. 36, 2000.

SILVA, L. O. Os quintais e a morada brasileira. Belo Horizonte: **Cadernos de Arquitetura e Urbanismo**, v. 11, n. 12, (61-78) <http://www.pucminas.br/imagedb/documento/ARQUI20050422101517.pdf>. (Consulta: 15/06/2015), 2004.

SOARES, A. L. Ob. Cit., p. 9; CUMMING, R.; PORTER, T. (1990). Ob. Cit. e WYDRA, N. (1997). Ob. Cit. PASTOUREAU, M. (1997). **Dicionário das Cores do Nosso Tempo – Simbólica e Sociedade**. Lisboa: Editorial Estampa, pp. 141-142, 2001.

SOUSA, S. F. F. de. **Jardins Terapêuticos em Unidades de Saúde - Aplicação de uma metodologia de projeto centrado no utilizador para populações com necessidades especiais – caso de estudo do Centro de Reabilitação e Integração Ouriense**. Dissertação (Mestrado em Arquitetura Paisagista). Universidade de Lisboa, 2016.

SOUZA, V. C.; FLORES, T. B.; COLLETTA, G. D. **Guia das Plantas do Cerrado**. Piracicaba, SP: Taxon Brasil. 583p, 2018.

SOARES, M. L. C.; MAYO, S. J. Araceae. In: Ribeiro, J.E.L.S.; Vicentini, A.; Sothers, C.A.; Costa, M.A.S.; Brito, J.M.; Souza, M.A.D.; Martins, L.H.P.; Lohmann, L.G.; Assunção, P.A.C.L.; Pereira, E.C.; Silva, C.F.; Mesquita, M.R.; Procópio, L. (Eds). **Flora da Reserva Ducke: Guia de identificação das plantas vasculares de uma floresta de terra-firme na Amazônia Central**. Instituto Nacional de Pesquisas da Amazônia, Manaus. p. 672-687.

SOARES, M. L.; Jardim-Lima. Amazonian Species of Araceae in the INPA Herbarium, Manaus – Amazonas, Brasil. **Aroideana** 28: 134-152, 1999. 2005.

TOMAZZONI, M. I.; NEGRELLE, R. R. B. CENTA, M. L. Fototerapia Popular: A Busca Instrumental Enquanto Prática Terapêutica. **Texto Contexto Enferm**, V. 15, n. 1, 2006.

TOURINHO, H.L.Z.; SILVA, ARAPIRACA, M.G.C. Quintais urbanos: funções e papéis na casa brasileira e amazônica. **Bol. Mus. Para Emílio Goeldi**. Cienc. Hum. v.11, nº 3, p. 633-651, 2016

TUPIASSÚ, A. **Da planta ao jardim: um guia fundamental para jardineiros amadores e profissionais**. São Paulo: Nobel, 2008. 156 p

UWAJEH, P. C.; IYENDO T. O.; POLAY, M. Therapeutic Gardens as a Design Approach for Optimising the Healing Environment of Patients with Alzheimer's Disease and Other Dementias: A Narrative Review. **EXPLORE The Journal of Science and Healing**. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/333436573_Therapeutic_Gardens_as_a_Design_Approach_for_Optimising_the_Healing_Environment_of_Patients_with_Alzheimer%27s_Disease_and_Other_Dementias_A_Narrative_Review. Acesso em: jun. 2020.

VILELA, M. F. **Ecologia e o Bioma Cerrado**. EMBRAPA, 2007. Disponível em: https://www.agencia.cnptia.embrapa.br/Agencia16/AG01/arvore/AG01_30_911200585232.html . Acesso em: 03 de junho de 2021, as 22:00.

ZHANG, J. W.; HOWELL, R. T. and IYERC, R. **Engagement with natural beauty moderates the positive relation between connectedness with nature and psychological well-being**. Berkeley,USA, 2014.