

Piauí

## "Sustentabilidade e inovação: A jornada de Sheila na hidroponia"



Sheila Santana Paes, 36 anos, é filha de Maria Aparecida Santana Paes e Elpídio Bernardo Paes. Casada com Juscelino Oliveira Santos Junior, Sheila é mãe de duas filhas: Ana Vitória Paes Santos, de 10 anos, e Ana Luísa Paes Santos, de 4 anos. A família vive em São Raimundo Nonato (PI), no bairro Cruzeiro, zona urbana. Após deixar o mercado de trabalho em busca de mais tempo para cuidar de suas filhas pequenas, Sheila se viu sem uma fonte de renda e precisou buscar alternativas. Inspirada pelo trabalho de sua mãe, que cultiva hortaliças na zona rural, Sheila decidiu seguir pelo mesmo caminho. Porém, devido à limitação de espaço em sua casa na zona urbana, ela optou por uma abordagem inovadora: a hidroponia. Assim, em julho de 2024, Sheila iniciou sua produção hidropônica. Atualmente, Sheila cultiva alfaces em um sistema hidropônico montado em sua residência. Ela comercializa sua produção tanto para restaurantes quanto diretamente para consumidores finais, utilizando seu Instagram @jaashidroponia como principal canal de vendas.





O maço de alface é vendido por R\$ 4,00, e essa atividade se tornou a principal fonte de renda de sua família. Graças à qualidade e à aceitação de seus produtos, a demanda tem crescido significativamente, levando Sheila a planejar a ampliação de sua produção, incluindo novos itens como cheiro-verde e outras hortaliças.

A hidroponia é uma técnica moderna e sustentável que permite o cultivo de plantas sem o uso de solo. As raízes crescem em soluções ricas em nutrientes e água, garantindo um crescimento rápido e saudável. Além disso, a hidroponia utiliza menos água do que o cultivo tradicional e não requer o uso de agrotóxicos, resultando em alimentos mais seguros para o consumo. Os produtos hidropônicos, como o alface cultivado por Sheila, têm alta qualidade, sendo frescos, livres de resíduos de terra e ricos em nutrientes essenciais. Assim, a hidroponia não apenas atende à crescente demanda por alimentos saudáveis, mas também se destaca como uma prática sustentável e adaptável a pequenos espaços urbanos. Sheila é um exemplo de superação e inovação. Sua iniciativa de começar um negócio em julho de 2024 mostra como é possível transformar desafios em oportunidades, utilizando tecnologias modernas como a hidroponia para promover uma produção saudável e eficiente.