

UNIGUAÇU – UNIÃO DE ENSINO SUPERIOR DO IGUAÇU LTDA.

FACULDADE UNIGUAÇU

CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

Seminário de monografia II

MARIANA ROSA CALLEGARI LISCHINSKI E THAISA KLUMB MARTINS

**O USO DA HORTA COMO RECURSO TERAPÊUTICO
OCUPACIONAL NO CAPS DE SÃO MIGUEL DO IGUAÇU**

SÃO MIGUEL DO IGUAÇU

2024

MARIANA ROSA CALLEGARI LISCHINSKI E THAISA KLUMB MARTINS

O USO DA HORTA COMO RECURSO TERAPÊUTICO OCUPACIONAL NO CAPS DE SÃO MIGUEL DO IGUAÇU

Trabalho de conclusão de curso de graduação
apresentado como requisito para obtenção do
título de Bacharel em Terapia Ocupacional da
Faculdade UNIGUAÇU.

Orientadora: Andreia Kukul Vogelmann.

SÃO MIGUEL DO IGUAÇU

2024



[4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Esta licença permite remixe, adaptação e criação a partir do trabalho, para fins não comerciais, desde que sejam atribuídos créditos ao(s) autor(es) e que licenciem as novas criações sob termos idênticos. Conteúdos elaborados por terceiros, citados e referenciados nesta obra não são cobertos pela licença.

TERMO DE APROVAÇÃO

MARIANA ROSA CALLEGARI LISCHINSKI E THAISA KLUMB MARTINS

O USO DA HORTA COMO RECURSO TERAPÊUTICO OCUPACIONAL NO CAPS DE
SÃO MIGUEL DO IGUAÇU

Trabalho de Conclusão de Curso em Terapia Ocupacional apresentado, sob a orientação da professora Andreia Kukul Vogelmann, aprovado como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel no curso de Terapia Ocupacional da Faculdade UNIGUAÇU, pela seguinte banca examinadora:

Professor (a) Orientador(a) Andreia Kukul Vogelmann
Faculdade UNIGUAÇU

Professor (a) Lauriane Buytendorp
Faculdade UNIGUAÇU

Professor (a) Daniela Munarini
Faculdade UNIGUAÇU

SÃO MIGUEL DO IGUAÇU, 27 DE NOVEMBRO DE 2024

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer primeiramente a Deus, que sempre nos acompanhou e abençoou ao longo desta jornada, concedendo-nos paciência, força, determinação e empatia com todos que cruzaram nosso caminho. Agradecemos também aos nossos pais, que, sempre que puderam, nos ajudaram de todas as formas possíveis, oferecendo apoio material, mental e incentivando a darmos o nosso melhor. Agradecemos à nossa orientadora, Andreia K. Vogelmann, que esteve conosco em todas as etapas, mostrando-nos o caminho certo a seguir, corrigindo-nos e, acima de tudo, oferecendo seu apoio constante. Nossa gratidão também à Faculdade Uniguaçu, que patrocinou nosso projeto e atendeu prontamente as nossas demais demandas. Agradecemos à equipe do CAPS por aceitar nosso projeto, disponibilizando um espaço adequado, ajudando a garantir as mudanças e contribuindo para soluções imprevisíveis. E, por último, mas não menos importante, queremos expressar nossa gratidão as participantes do projeto, que se dedicaram com comprometimento e carinho na construção de nossa horta terapêutica.

RESUMO

O uso da horta como recurso terapêutico visa promover a socialização, aumentar a autoestima e proporcionar momentos de bem-estar, além de contribuir para a melhoria da qualidade de vida e da autonomia de pessoas em processo de (re)habilitação. O cultivo da horta exige o prazer em fazer, a atenção e dedicação, oferecendo a oportunidade de envolvimento em atividades diárias que incentivam o planejamento, a formulação de estratégias e evolução, proporcionando um sentimento de realização e conclusão, onde nota-se resultados positivos quando associados a sintomas de transtornos mentais. Com isso, busca-se demonstrar os benefícios da horta como intervenção terapêutica nos atendimentos de Terapia Ocupacional (TO), para a saúde de pacientes com transtornos mentais como, depressão, ansiedade e esquizofrenia, através de um estudo realizado no CAPS de São Miguel do Iguaçu, um projeto avaliado de modo quantitativo cronológico, com cinco participantes, sendo os dados coletados ao fim dos dias de implementação da horta, por meio de um questionário com 09 perguntas objetivas e uma aberta para comentários sobre a experiência, as respostas foram obtidas em forma de conversação e presencialmente com as participantes. A amostra se deu a cinco mulheres entre 45 a 60 anos, relatando respostas positivas sobre as sensações que a horta as proporcionou, como relaxamento, tranquilidade, felicidade e prazer. O uso da horta como recurso terapêutico concluiu os objetivos traçados no começo da pesquisa, trazendo benefícios as participantes sejam em sua saúde mental ou física, influenciando de forma satisfatória em seus hábitos alimentares e também em suas atividades de vida diária (AVD).

Palavras-chave: Terapia ocupacional. Saúde mental. Planta. Centros de Apoio Psicossocial.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	02
2 MÉTODO.....	03
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	04
4 CONCLUSÃO.....	08
REFERÊNCIAS.....	10
APÊNDICE.....	13

LISTAS DE ABREVIATURAS

COFFITO	- Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional
CAPS	- Centro de Atenção Psicossocial
RAPS	- Rede de Atenção Psicossocial
SUS	- Sistema Único de Saúde
TO	- Terapeuta Ocupacional
SUS	- Sistema Único de Saúde
PSF	- Programa Saúde da Família

LISTAS DE FIGURAS

Figura 1 - Pé de alface plantado no CAPS pelas participantes em 2024

Figura 2 - Canteiro central plantado no CAPS pelas participantes em 2024

Figura 3 - Visão geral da horta plantada no CAPS pelas participantes em 2024

O uso da horta como recurso terapêutico ocupacional no CAPS de São Miguel do Iguaçu

The use of the garden as an occupational therapeutic resource in the CAPS of São Miguel do Iguaçu

Autores:

Thaisa Klumb Martins

e-mail: thaisaklumbmartins@gmail.com

Acadêmica do 8º período de Terapia Ocupacional

Uniguaçu – União de Ensino Superior do Iguaçu LTDA. Faculdade Uniguaçu, Departamento de Terapia Ocupacional, Rua Valentim Celeste Palavro, 1501, CEP: 8587700, São Miguel do Iguaçu, Paraná, Brasil.

Mariana Rosa Callegari Lischinski

e-mail: maricallegarirosa@gmail.com

Acadêmica do 8º período de Terapia Ocupacional

Uniguaçu – União de Ensino Superior do Iguaçu LTDA. Faculdade Uniguaçu, Departamento de Terapia Ocupacional, Rua Valentim Celeste Palavro, 1501, CEP: 8587700, São Miguel do Iguaçu, Paraná, Brasil.

Andreia Kukul Vogelmann

e-mail: andreiavogelmann@gmail.com

Professora Especialista do curso de Terapia Ocupacional

Uniguaçu – União de Ensino Superior do Iguaçu LTDA. Faculdade Uniguaçu, Departamento de Terapia Ocupacional, Rua Valentim Celeste Palavro, 1501, CEP: 8587700, São Miguel do Iguaçu, Paraná, Brasil.

ORCID:

Thaisa Klumb Martins - ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2068-2736>

Mariana Rosa Callegari Lischinski - ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-8527-9238>

Andreia Kukul Vogelmann - ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-2454-7038>

Autor para correspondência:

Thaisa Klumb Martins

e-mail: thaisaklumbmartins@gmail.com

Fonte de Financiamento: Recebeu auxílio com os equipamentos e gasolina pela Faculdade UNIGUAÇU.

Contribuição dos Autores:

Thaisa Klumb Martins e Mariana Rosa Callegari Lischinski: responsáveis pela elaboração e desenvolvimento da pesquisa, coleta de dados, análises, redação e revisão do texto.

Andreia Kukul Vogelmann: responsável pela orientação da pesquisa, elaboração, revisão e organização do texto.

Artigo original e inédito. Este texto não está sendo avaliado para publicação por outro periódico científico.

O estudo foi aprovado, em 23/07/2024, pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Oeste do Paraná, CAAE: 80357924.0.0000.0107.

Resumo

Introdução: O uso da horta como recurso terapêutico visa promover a socialização, aumentar a autoestima e proporcionar momentos de bem-estar, além de contribuir para a melhoria da qualidade de vida e da autonomia dos pacientes. O cultivo da horta exige o prazer em fazer, atenção e dedicação, oferecendo a oportunidade de envolvimento em atividades diárias que incentivam o planejamento, a formulação de estratégias e a visualização de resultados, proporcionando um sentimento de realização e conclusão, onde nota-se resultados positivo quando relacionados a sintomas de transtornos mentais. **Objetivo:** Demonstrar os benefícios da horta como intervenção terapêutica aos atendimentos de TO, para a saúde de pacientes com transtornos mentais como, depressão, ansiedade e esquizofrenia, no CAPS de São Miguel do Iguçu - PR. **Método:** Estudo quantitativo cronológico com cinco participantes atendidas no CAPS de São Miguel do Iguçu - PR. Os dados foram coletados aos dias finais da implementação da horta e através de um questionário, sendo 09 perguntas objetivas e uma aberta. As respostas foram obtidas em forma de uma conversa presencial. **Resultados:** As participantes foram mulheres entre 45 a 60 anos, que relataram resultados positivos sobre as sensações que a horta as proporcionou, como relaxamento, tranquilidade, felicidade e prazer. **Conclusão:** O uso da horta como recurso terapêutico atingiu os objetivos traçados ao início da pesquisa, trazendo benefícios as participantes tanto em sua saúde mental quanto física e social, influenciando de forma satisfatória seus hábitos alimentares e em suas atividades de vida diária (AVD's).

Palavras-chave: Terapia Ocupacional, Planta, Transtornos mentais, Centro de Apoio Psicossocial.

Abstract

Introduction: The use of vegetable gardens as a therapeutic resource aims to promote socialization, increase self-esteem and provide moments of well-being, in addition to contributing to improving the quality of life and autonomy of patients. Cultivating a vegetable garden requires attention and dedication, offering the opportunity to engage in daily activities that encourage planning, strategy formulation and visualization of results, providing a sense of accomplishment and completion, where positive results are noted when related to symptoms of mental disorders. **Objective:** To demonstrate the benefits of vegetable gardens as a therapeutic intervention in Occupational Therapy care for patients with mental disorders, such as depression, anxiety and schizophrenia, at the CAPS of São Miguel do Iguçu. **Method:** Chronological quantitative study with five patients treated at the CAPS of São Miguel do Iguçu. Data were collected on the final days of the vegetable garden intervention, through a questionnaire with 09 objective questions and one open question. The answers were obtained orally, directly from the participants. Results: The participants were women between 45 and 60 years old, who reported positive results regarding the sensations that the garden provided them, such as relaxation, tranquility, happiness and pleasure. **Conclusion:** The use of the garden as a therapeutic resource achieved the objectives set at the beginning of the research, bringing benefits to the participants in both their mental and physical health, satisfactorily influencing their eating habits and also their activities of daily living (ADL).

Keywords: Occupational Therapy, Plant, Mental disorders, Psychosocial Support Center

Introdução

Estudos realizados no Brasil mostram que em nosso país, há uma parcela significativa de pessoas que sofrem de transtornos mentais comuns (TMC), totalizando de 17% a 35% da população. A grande maioria desse grupo são mulheres que apresentam mais de 60 anos, viúvas, analfabetas, desempregadas ou inativas para o trabalho, com baixa renda familiar (Santos et al., 2019).

Sendo assim, o CAPS (Centro de Atenção Psicossocial) é um instrumento usado como porta de entrada para o tratamento de tais dificuldades, onde esses indivíduos são acolhidos por profissionais que compõem a equipe multiprofissional, composta por médico psiquiatra ou com formação em saúde mental, enfermeiro, quatro profissionais de nível médio e três profissionais de nível superior de categorias diversas, que é onde a Terapia Ocupacional (TO) se enquadra ao corpo clínico (Ministério da saúde, 2024).

Os CAPS surgiram após vários embates e disputas sobre a saúde mental no Brasil, gerando mobilização em diversos setores da sociedade para que houvesse um cuidado mais humanizado e digno à população que sofre de transtornos mentais. Este movimento ficou conhecido como "Luta Antimanicomial", onde foi proposto mudanças para a consolidação da Reforma Psiquiátrica que defendia a inversão de sistemas manicomial fechados, para serviço extra hospitalar chamado de porta aberta e tendo base comunitária (SUAS - Sistema único de assistência social, 2016).

Estes centros de rede, têm como sua característica principal a atenção humanizada ao indivíduo e a qualidade de atendimento, auxiliando na promoção de saúde, exercício da cidadania e inclusão social dos seus clientes, realizando diversas atividades em âmbito individual ou grupal, atendimentos familiares, tratamentos com medicamentos à população, atividades comunitárias, mobilização político-social, ações de promoção de saúde e preceptoria para equipes do Programa Saúde da Família (PSF) (Barros, 2010).

Uma abordagem milenar é usada para tratamento de transtornos mentais ainda nos dias de hoje, a horta, que quando orientada para objetivos específicos possui fins terapêuticos, podendo ser utilizada por um vasto número de profissionais, tendo como benefícios o trabalho grupal e a socialização. O terapeuta ocupacional (TO) busca utilizar a horta como um recurso aos contextos da saúde mental, uma vez que pode se tornar uma ponte para o bem-estar e diversas sensações prazerosas intervindo na jardinagem (Bravo, 2017).

A criação da horta permite ao paciente um contato direto com a terra, alimentos com maior teor nutritivo e o prazer de ser útil a si próprio e às pessoas em sua volta. Os seres

humanos, necessitam se alimentar de maneira saudável e correta, para que assim o organismo trabalhe da melhor forma possível, prevenindo doenças, auxiliando no ganho de energia e em seu bom funcionamento (Maruyama, 2005).

Há estudos que comprovam a eficácia do uso da horta para o tratamento de pessoas que sofrem de transtornos mentais. Pagassini et al. (2015), relata que os pacientes que utilizaram da horta não sentiram diferença em seu tratamento, pois a mesma não obteve parâmetros psicológicos tratados. Já em contrapartida, o psicólogo que trabalha na instituição nos relata que o objetivo da horta no CAPS auxiliou os pacientes no desenvolvimento de sua autonomia e independência.

Sendo assim, de acordo com o conselho federal de Terapia Ocupacional e Fisioterapia - Coffito (2024), o TO atua na prevenção e o tratamento de indivíduos com alterações cognitivas, afetivas, perceptivas e psico-motoras, apresentando ou não distúrbios genéticos, traumáticos e ou de doenças adquiridas. Além disso, utilizam a atividade humana como norte para os projetos elaborados especificamente para as áreas da atenção básica, média e de alta complexidade.

Barros (2010) relata que o TO tem sua área de atuação voltada ao campo de atividades humanas, sempre prezando ações essenciais para o autocuidado, lazer, educação e trabalho, promovendo/valorizando espaços para (re)criação e (re)produção de um mundo mais humano, obtendo simbolismo, interação, desejos e necessidades do indivíduo. Segundo Ribeiro e Oliveira (2005), os profissionais da área de TO têm procurado a aprimoração teórica, técnica e política para a suas atuações nas redes de serviços substantivos, que atuam no nível de prevenção e promoção de saúde, reabilitação e inclusão social. Mediante a isso, a presente pesquisa pretende abordar a relação da horta e seus possíveis benefícios com doenças mentais em indivíduos do CAPS.

O projeto em questão, teve como objetivo verificar os possíveis benefícios da horta como um recurso terapêutico para os indivíduos no CAPS do município de São Miguel do Iguaçu – PR, sendo eles mais especificamente, possibilitar a interação e ressocialização em um grupo, proporcionando momentos de bem-estar e autoestima, oportunizando a qualidade de vida de forma autônoma e independente.

Método

Trata-se de um estudo quantitativo, de investigação por aplicação de questionário, com corte transversal, análise e interpretação. A presente pesquisa foi realizada com público atendido no CAPS de São Miguel do Iguaçu no Paraná, do sexo feminino, com idades entre

45 a 65 anos, e que estão presentes ativamente nos atendimentos de terapia ocupacional oferecidos pela instituição e que demonstraram interesse por horta e comprometimento em comparecer aos dias de intervenção.

O local do estudo foi escolhido através do interesse das pesquisadoras em conhecer e ver os resultados da presente pesquisa nesse público atendido. Por mês, em média cerca de 516 pacientes são assistidos no CAPS de São Miguel do Iguaçu -PR, pelos seguintes profissionais: um médico psiquiatra, um agente de saúde pública, um enfermeiro, uma assistente social, dois técnicos de enfermagem, duas psicólogas clínicas, uma TO efetiva e outra TO não efetivada na instituição, está ao perfil de professora supervisora ao programa de estágio junto com os acadêmicos da faculdade UNIGUAÇU (Comunicação pessoal, 2024).

O CAPS é uma rede que abrange intervenções na área da saúde, para auxiliar pessoas com distúrbio psíquico ou mental, o que inclui também o uso abusivo de álcool ou ainda o de dependência química, as quais necessitam de ajuda nesse processo de reabilitação (Prefeitura de São Miguel, 2024).

Foram incluídos nesse estudo mulheres que apresentaram interesse na participação do projeto, estão inclusas na faixa etária estipulada, realizam acompanhamento terapêutico na instituição, apresentam diagnóstico clínico como: Ansiedade, depressão, esquizofrenia entre outros e aceitaram em assinar o Termo Livre e Esclarecido (TCLE).

Após a aprovação do estudo pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE, CAAE: 80357924.0.0000.0107, em 23/07/2024, foi realizada a preparação para o início do projeto. Como instrumento de coleta de dados foi utilizado um questionário estruturado quantitativo, impresso, composto por dez perguntas contendo questões variadas sobre a visão e os sentimentos que a horta proporcionou aos indivíduos que participaram da pesquisa. Para o questionário foram utilizados parâmetros construídos a partir de levantamento bibliográfico sobre o tema: Atividade de horta terapêutica no auxílio ao tratamento de pacientes portadores de sofrimento mental grave; dos autores Daniel Lima Silveira, Tâmara Prado de Moraes, Marina de Alcântara Rufino, Marcela Borges, Ricardo Gouveia e José Magno Queiroz Luz no ano de 2007.

A presente pesquisa ocorreu entre o início do mês de setembro ao fim de outubro, nas tardes de quartas-feiras, das 16h às 17h, havendo o cancelamento em apenas um dia por motivo de chuva. Após a coleta dos dados, realizada nos últimos dias de intervenções, foram realizadas entrevistas para responder o questionário, de forma presencial, individual e verbal. Essa abordagem foi escolhida devido ao baixo nível de escolaridade da maioria delas, o que dificultaria o preenchimento do questionário referenciado anteriormente.

Resultados e Discussão

Todas as participantes assinaram o TCLE do referido estudo, concordando ao final em responder o questionário submetido a elas de forma oral. A pesquisa iniciou com cinco mulheres, no entanto apenas três compareceram assiduamente as intervenções, sendo necessário que as pesquisadoras contribuíssem com o transporte de uma em específico para que ela pudesse participar, a mesma mostrava muito interesse, porém apresenta dificuldades para deslocamento.

Ao que se refere à idade das participantes, relataram estarem entre 45 a 60 anos de idade, possuem diagnósticos como depressão, ansiedade ou esquizofrenia, em outros períodos já participavam/participam dos atendimentos de TO no mesmo local.

Campos (2016) diz que, transtornos mentais comuns como já citados a cima, são mais frequentes no público feminino, devido ao perfil sociodemográfico e situações vivenciadas por elas. Por este motivo, se faz importante a participação e a ampliação dessa rede de cuidado, quando o indivíduo se transforma no protagonista de seu tratamento, o processo se torna um dispositivo de apoio, acolhimento e de cuidados, que se baseiam na interação social (Pacheco et al., 2018).

“Gostei muito das companheiras, apesar de ser em poucas, éramos amigas.” M.F.D

Observa-se neste breve relato, o resultado de tal abordagem, onde foi proporcionado as mulheres o seu protagonismo no próprio tratamento, fortificando laços e criando apoio, acolhimento e cuidado por elas. Apesar de serem conhecidas de longa data, a horta aumentou o vínculo, gerando afeição e cuidado.

No decorrer do projeto, uma das participantes necessitou se ausentar por problemas de saúde, gerando no restante das mulheres, preocupação e zelo pela companheira, onde procuravam via aplicativo de comunicação, manter o vínculo e se manterem informadas umas das outras, formando assim uma forte rede de apoio a ambas.

Em relação ao motivo pelo qual participaram do projeto, todas responderam sobre a alternativa que dizia ser pela afinidade das mesmas com a horta e apenas uma das participantes disse mais de uma resposta, que se referia sobre seu interesse pelos possíveis benefícios à saúde. Barros *et, al* (2024) relata, que os benefícios adquiridos com o uso de plantas são inúmeros, tais como, exercitar o corpo e a mente, tranquilizando e amenizando seu estado de espírito e promovendo assim o ensino de práticas que aperfeiçoam a melhor qualidade de vida.

As participantes realizavam a horta em suas residências ou em loteamentos cedidos,

mas por problemas e dificuldades vivenciadas, necessitaram parar ou abandonar a prática. Com a vinda do projeto que se fez a elas de bons olhos, incentivando e aflorando em si mesmas, o desejo em participar.

Sobre sentir-se bem em relação a horta, ambas relataram que a experiência gerou boa relação física e mental, uma das participantes, que sofre de tremores de origem desconhecida, destacou que, ao longo do desenvolvimento da horta, sente melhora significativa neste aspecto.

“Espero toda semana para ir a horta, me faz sentir bem e me ajudou com as tremedeiras”. D.L.C.C

A horta, mesmo sendo realizada em caráter biopsicossocial já realizado no CAPS, foi de grande auxílio as questões motoras, auxiliando e proporcionando fortalecimento neuropsicomotor.

Para com os sentimentos, a horta proporcionou às participantes respostas positivas apenas nas alternativas que expressam sensações e sentimentos agradáveis, sendo elas: Relaxamento, tranquilidade, felicidade e prazer. Apenas duas participantes falaram sobre a sensação de medo, justificando-se que em alguns momentos da atividade, lembravam de seus problemas pessoais. Tal questão está fortemente entrelaçada a sensação de medo, pois ambas as participantes estavam passando por episódios complicados em suas vidas pessoais.

No que se refere a pensamentos vindos da vida pessoal, problemas e distrações, obtivemos também uma resposta mediana em relação a este questionamento, duas das três participantes disseram que pensavam em seus problemas com pouca frequência no momento da realização da horta, mas apenas uma das pesquisadas relatou que não pensava em seus problemas momento da realização da horta. Como dito acima, duas participantes estavam passando por situações difíceis em suas vidas no momento, podendo-se explicar tal resposta.

As participantes informaram que o conhecimento vindo do projeto, se dá pelo próprio manejo com as hortaliças e a terra. Na questão sobre hábitos alimentares, duas participantes relataram que obtiveram mudanças na alimentação devido ao projeto e apenas uma respondeu que houve pouca mudança por parte alimentar. Essa prática, segundo (Silva et, al. 2014), resgata a cultura, cidadania, preservação do meio ambiente e hábitos alimentares saudáveis.

Questionadas sobre a continuidade do projeto, se gostariam ou não que o mesmo houvesse continuidade, todas responderam que sim e que permanecesse nesse centro e que indicariam a outras pessoas.

“Gostaria que o grupo permanecesse e que tivesse mais mulheres como nos grupos que fazemos pela manhã”. M.F.D.

Ausique (2024) relata que atualmente, os métodos utilizando no tratamento de indivíduos com condições de saúde mental, vem sendo ampla e mais inclusiva, se mostrando assim, sendo um eficaz recurso terapêutico. As participantes do projeto disseram que, após o início da horta, sentiram um aumento na autoestima e uma maior satisfação ao realizar suas atividades de vida diária, que se tornaram mais eficazes e desafiadoras.

É importante salientar que, o projeto estimulou não apenas as participantes a produzirem suas hortas (Figura 1 e Figura 2) no ambiente doméstico, mas também a comunidade em nossa volta, funcionários do centro, pacientes, amigos e familiares se inspiraram com as ideias feitas (Figura 3) e criaram para si sua horta terapêutica, onde no decorrer do projeto, trocaram experiências e métodos.



Figura 1 - Pé de alface plantado no CAPS pelas participantes em 2024



Figura 2 - Canteiro central plantado no CAPS pelas participantes em 2024

Ao final do questionário, o mesmo foi aberto para que as participantes comentassem o que quisessem em relação ao projeto e sua participação, onde obtivemos respostas positivas

que expressaram e demonstraram companheirismo e o vínculo que se fortificou entre as participantes.

“Gostei de plantar e ela está linda, o projeto foi legal e gosto muito das meninas”. C.B



Figura 3 - Visão geral da horta plantada no CAPS pelas participantes em 2024

Terapias comunitárias incentivam a responsabilidade conjunta dos participantes, buscando novas alternativas e promove mudanças fundamentais em três atitudes básicas, que são elas o acolhimento respeitoso, formação de vínculo e empoderamento das pessoas envolvidas no processo (Arruda, 2010).

Conclusão

O projeto resultou em efeitos positivos, onde as participantes melhoraram seu desempenho físico, passaram a pensar menos em seus problemas cotidianos, adotaram uma alimentação mais saudável e buscaram estar sempre presentes na horta, pois esse espaço tornou-se um ambiente seguro, onde se sentiam bem e valorizadas na companhia uma das outras. Houve também um impacto significativo nos frequentadores do CAPS que comentaram que ao verem o projeto se inspiraram e deram início em sua própria horta em casa. Além disso, observou-se que um paciente que frequenta o local diariamente, ao perceber que o lado oposto da horta estava desorganizado, tomou a iniciativa de criar um jardim, contribuindo para tornar o ambiente mais agradável e harmonioso.

No entanto, surgiram algumas dificuldades de planejamento sobre administração do tempo, sendo uma hora semanal pouco para a execução completa das tarefas, deixando atividades para a semana seguinte. Além disso, alguns participantes não puderam comparecer a todas as semanas, devido a questões de saúde e dificuldades de locomoção. Dias chuvosos

resultavam no cancelamento das atividades e nem todas puderam realizar tarefas que exigiam mais do seu condicionamento físico. Apesar disso, o grupo mantinha-se engajado, sempre pensando em novas possibilidades.

Desta forma, espera-se que os dados gerados por este trabalho inspirem novos projetos, debates e avanços em áreas de conhecimento, especialmente devido às deficiências de iniciativas semelhantes que relacionam a hortas com a saúde mental. Deseja-se que a comunidade apoie e amplie o alcance do projeto, para que seus resultados positivos possam ser cada vez mais percebidos e valorizados.

Referências

Arruda, A.G. (2010). *Saúde mental na comunidade: a terapia comunitária como dispositivo de cuidado* (Dissertação de mestrado). Universidade estadual do Ceará, Fortaleza. Recuperado em 29 de novembro de 2024, de <https://www.uece.br/ppsacwp/wp-content/uploads/sites/37/2011/03/AM%C3%81LIA-GON%C3%87ALVES-ARRUDA.pdf>.

Ausique, JJS. (Ed.). (2024). No processo de ambientalização da universidade estadual do maranhão (Vols. 4). Práticas sustentáveis.

Barros, MMMA. (2010) Atuação da Terapia Ocupacional no Centro de Atenção Psicossocial - CAPS de Sobral-Ceará. Ceto - ano 12 - nº 12. https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/3097758/mod_resource/content/2/atua%C3%A7%C3%A3o%20da%20TO%20no%20CAPS%20sobral.pdf.

Campos, I. O. (2016). *Saúde mental e gênero em um CAPS II de Brasília: condições sociais, sintomas, diagnósticos e sofrimento psíquico*. 122 p. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica e Cultura) – Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília

Conselho federal de fisioterapia e terapia ocupacional. (2024). Definição de Terapia Ocupacional. Disponível em: ite/?page_id=3382. Acesso em: 23 fevereiro 2024.

Ribeiro, M. B. S. & Oliveira, L. R (2005). *Terapia ocupacional e saúde mental: construindo lugares de inclusão social*. Distrito de Rubião Júnior - Botucatu, São Paulo. Recuperado em 22 de março, de <https://www.scielo.br/j/icse/a/DxVLGSPVgWpCfSNPLn9qGn/>.

Maruyama, W.I (2005) – Produção de hortaliças irrigadas em pequenas propriedades rurais. Em Biscaro, G.A. Produção de hortaliças irrigadas em pequenas propriedades rurais. (pp. 7-15). UNIGRAF. https://www.academia.edu/104885327/Livro_produ%C3%A7%C3%A3o_de_hortali%C3%A7as_irrigadas_em_pequenas_propriedades_rurais?uc-sb-sw=12762511.

Ministério do desenvolvimento social (Brasil). (2024). Trabalho Social com Famílias em

Situação de Vulnerabilidade e Riscos Associados ao Consumo de Drogas. https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/cartilhas/Suas_trabalhoSocial_vulnerabilidade_consumodedrogas.pdf.

Ministério da saúde. (2004). Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial. Brasília - DF. http://www.ccs.saude.gov.br/saude_mental/pdf/sm_sus.pdf.

Município de São Miguel do Iguaçu. (12 de setembro de 2022). Equipe do CAPS apresenta nova sede para representantes do governo municipal. <https://saomiguel.pr.gov.br/equipe-do-caps-apresenta-nova-sede-para-representantes-do-governo-municipal/>.

Pagassini, J.A.V.; Vargas, P.F.; Alves, A.F.; Barduco A.C.; Pedroso, C.P.; Neves, F.C.C. (2015). *Horta terapêutica na reabilitação psicossocial dos pacientes do CAPS*. 8º Congresso de extensão universitária da UNESP. Recuperado em 05 de abril de 2024, de <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/f05ed149-12cb-4b5f-b8be-06796845508f/content>.

Pacheco, S.U.C, Rodrigues, S.R, Benatto, M.C. (2018) *A importância do empoderamento do usuário de CAPS para a (re)construção do seu projeto de vida*. Recuperado em 29 de outubro de 2024, de https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1679-44272018000100006&script=sci_arttext.

Santos, G.B.V.; Alves, M.C.G.P.; Goldbaum, M.; Cesar, C.L.G.; Gianini, R.J. (out, 2019) *Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil*. Recuperado em 29 de março de 2024, de [SciELO - Saúde Pública - Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil \(scielosp.org\)](https://scielosp.org/scielo.php?pid=S1679-44272019000100006&script=sci_arttext).

SILVEIRA, D. L. et al. Atividade de horta terapêutica no auxílio ao tratamento de pacientes portadores de sofrimento mental grave. In: Programa de Educação Tutorial, Uberlândia, 2007.

Bravo, C.M.H. (junho de 2017). Horticultura como medio de intervención: una mirada

ecológica desde la terapia ocupacional. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, Vol. 17, 169–174.

APÊNDICES

INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Título da pesquisa: O USO DA HORTA COMO RECURSO TERAPÊUTICO OCUPACIONAL NO CAPS DE SÃO MIGUEL DO IGUAÇU

Pesquisador responsável (ORIENTADOR): ANDREIA KUKUL VOGELMANN

Pesquisadores assistentes (ALUNOS): MARIANA ROSA CALLEGARI LISCHINSKI E THAISA KLUMB MARTINS

1. Idade: Entre 45 à 60 Entre 60 anos ou mais
2. Por qual motivo aceitou participar do projeto?
 Afinidade com horta Indicação e incentivo de terceiros Interesse pelos possíveis benefícios à saúde.
3. Sentiu melhora em sua saúde, seja ela física ou mental na realização da horta?
 Sim Não Pouca
4. Qual dessas sensações a horta te proporcionou?
 Relaxamento Tranquilidade Tristeza Medo Decepção
 Solidão Felicidade Prazer Nenhuma destas
5. Enquanto estava na realização da horta, você pensava na sua vida pessoal como os problemas ou distrações que aconteciam ao lado de fora do CAPS?
 Não Sim, mais com pouca frequência Sim, com muita frequência
6. Acha que adquiriu conhecimento sobre a prática e o manejo de hortaliças no projeto?
 Sim Não
7. Houve mudança nos seus hábitos alimentares por conta da influência da horta?
 Não Pouca mudança Muita mudança Talvez

8. Gostaria que o projeto continuasse?

Sim Não Talvez

9. Indicaria o projeto para outras pessoas?

Sim, indicaria Não indicaria

10. Comente: _____
