

OFICINA DE HORTA COMO PROMOTORA DA SAÚDE E DE INTERAÇÃO SOCIAL ENTRE USUÁRIOS DE UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

ANDRIELE BANDEIRA FURTADO¹; DANIEL LOPES DA ROCHA²; BIBIANA SCHERER³; CAMILA IRIGONHÉ RAMOS⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – andrielebandeira10@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – daniellpsr04@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – bibianacaye@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – mila85@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A reforma psiquiátrica instituída pela Lei 10.216/2001 trouxe um novo modelo de cuidado em saúde mental, direcionando à reabilitação psicossocial. Nesse contexto, surgiram os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), criados para substituir o cuidado baseado na lógica manicomial. O CAPS desenvolve algumas atividades que vão desde atendimentos individuais até oficinas terapêuticas, as quais são ferramentas essenciais para a promoção da saúde e interação social. Entre elas, destaca-se a oficina de horta, que favorece a conexão com a natureza, o desenvolvimento de habilidades práticas, o bem-estar emocional, a redução do estresse e da ansiedade, além de estimular a autonomia e a conscientização ambiental (BARBOSA; ALMEIDA, 2024).

As hortas podem ser desenvolvidas pela e na comunidade com auxílio de projetos da comunidade acadêmica. Um exemplo disso é o projeto de extensão O Pequeno Grande, do Centro Universitário Estácio do Ceará, que implantou uma horta comunitária em um serviço de reabilitação psicossocial em Fortaleza. A experiência possibilitou o resgate da socialização, da autoestima e da dignidade dos participantes por meio de atividades laborais. Iniciativas como essa fortalecem os vínculos entre instituições de ensino, serviços de saúde e usuários, além de promoverem a troca de saberes e experiências (FILHO; ROSCOCHE; MOTA, 2019).

A extensão universitária é definida como um processo acadêmico que vincula a universidade à sociedade, com o objetivo de atender às demandas sociais e contribuir para o desenvolvimento da comunidade e dos estudantes (BRASIL, 2018). Nesse contexto, este resumo tem como objetivo relatar as experiências da participação de estudantes vinculados à Universidade Federal de Pelotas (UFPeL) na oficina de Horta em um CAPS do município de Pelotas, evidenciando as atividades realizadas, os impactos percebidos nos participantes e a contribuição do projeto para a promoção da saúde mental e da interação social.

2. METODOLOGIA

Este é um relato de experiência das oficinas de horta terapêutica realizadas em um CAPS de Pelotas. Essa atividade faz parte de um projeto unificado com foco em extensão intitulado: Territórios de/em ação: aprendendo e desenvolvendo saúde na/pela rede de atenção psicossocial, coordenado por uma professora do Departamento de Medicina Social da Faculdade de Medicina (UFPeL), com a participação de estudantes de diferentes cursos da área da saúde (medicina, enfermagem, psicologia, nutrição, farmácia, educação física...).

As atividades acontecem semanalmente, sempre às quartas-feiras, com duração média de uma hora e meia. O grupo é formado por três estudantes dos cursos de Psicologia e Farmácia, responsáveis pela organização das oficinas, e por quatro usuários atendidos pelo CAPS, que participam ativamente das práticas. O grupo foi reativado após um período de pausa, sendo necessário realizar a limpeza e reorganização do espaço da horta. Para isso, os pacientes que já haviam integrado a horta em momentos anteriores foram convidados a retornar, cada um contribuindo com mudas e terra, além das doações recebidas, que possibilitaram a retomada das atividades. Os estudantes desenvolvem as atividades em conjunto com os pacientes, sob supervisão da professora responsável pelo projeto. A realização das oficinas de horta terapêutica contribuem para a promoção da saúde ao criar espaços que estimulam a autonomia e fortalecem os vínculos comunitários, oferecendo uma abordagem distinta do modelo biomédico tradicional atrelado à doença (TESSER, 2009). As oficinas aqui relatadas ocorreram nos meses de julho e agosto de 2025.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Entre os meses de julho e agosto de 2025, foram realizados oito encontros da oficina de horta. No primeiro encontro, foi feita a limpeza e organização do espaço, momento que também possibilitou a integração entre os participantes. Alguns já se conheciam do grupo anterior da horta, o que favoreceu a retomada. No segundo encontro, foi realizada uma nova limpeza, com podas e preparo da terra para o plantio. Também foi proposta a confecção de um cartaz, no qual os participantes puderam expressar suas expectativas em relação à horta, de modo a orientar as atividades conforme seus interesses. Essa iniciativa se articula à construção de estratégias de intervenção que rompem com a lógica médica tradicional do serviço, favorecendo momentos de interação entre usuários e trabalhadores (RIBEIRO; SALA; OLIVEIRA, 2008).

No terceiro encontro, alguns participantes trouxeram mudas de salsinha, pulmonária, malva, alecrim e cidró. Foram plantadas salsinha, pulmonária e malva, pois apenas estas já possuíam raízes, enquanto as demais foram colocadas em recipientes com água para enraizamento. Também retiramos a tela de sombreamento (sombrite), permitindo que as plantas recebessem mais sol. A luminosidade e a temperatura são fatores fundamentais para a adaptação das espécies, sendo a luz o principal elemento ambiental, capaz de influenciar diretamente o crescimento (EMBRAPA, 2012).

No quarto encontro, confeccionaram-se mandalas de lã para enfeitar o espaço e realizou-se a manutenção da horta, com troca da água das mudas, rega e limpeza. No quinto encontro, novas mudas foram recebidas e plantadas coletivamente, como alface, rúcula e hortelã. No sexto encontro, a atenção voltou-se para a manutenção da horta e a realização de conversas entre os participantes. No sétimo encontro, confeccionaram-se vasos recicláveis a partir de garrafas PET, por meio da pintura, promovendo ações sustentáveis e ampliando o espaço de cultivo. No oitavo e último encontro, houve manutenção da horta e, para encerrar o semestre, uma confraternização na qual os usuários compartilharam suas percepções e sentimentos em relação ao grupo, relatando que sentiriam falta das atividades durante o período de recesso.

Oficinas como essas são concebidas como espaços de construção e manejo da subjetividade, além de possibilitarem a reconstrução de vínculos entre indivíduos e grupos sociais em situação de sofrimento psíquico (RIBEIRO; SALA;

OLIVEIRA, 2008). De acordo com Souza e Miranda (2017), o cuidado com a horta auxilia no aprendizado de novas habilidades cognitivas, na socialização, no trabalho em equipe e na resolução de problemas. Além disso, contribui para o resgate da autoestima e proporciona aos participantes uma atividade laboral que envolve planejar, articular, executar e observar os resultados, possibilitando o fortalecimento do sentimento de cidadania e de pertencimento à sociedade.

4. CONSIDERAÇÕES

As oficinas de horta terapêutica do projeto de extensão demonstram-se estratégias essenciais para a promoção da saúde, oferecendo diversos benefícios aos participantes. A atividade evidencia a importância de cuidados em saúde que vão além da lógica biomédica e hospitalocêntrica, promovendo a saúde de forma ampla, integrando aspectos físicos, emocionais e sociais. A retomada do grupo possibilitou observar o engajamento e satisfação dos usuários, que demonstraram entusiasmo e envolvimento nas atividades, reforçando a importância da continuidade desses espaços para o fortalecimento da autonomia e socialização. Para os estudantes, a participação nas oficinas permitiu concretizar saberes teóricos e adquirir experiências práticas significativas, contribuindo para sua formação acadêmica e profissional.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Plano Nacional de Extensão Universitária. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2018. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/pri2960_09_12_2008.html

DE SOUZA, T. S.; MIRANDA, M. B. S. Horticultura como tecnologia de saúde mental. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, Salvador, v. 6, n. 4, p. 310-323, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpds/a/QdGxvK7rY5RZyHqZpJ7bV6K/?lang=pt>

EMBRAPA. Horta em pequenos espaços. Brasília, DF: Embrapa Hortaliças, 2012. Acessado em 27 ago. 2025. Online. Disponível em: <https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/bitstream/doc/927690/1/HORTA-E-M-PEQUENOS-ESPACOS-4-IMP-2017.pdf>

LACERDA, E.; OLIVEIRA ALMEIDA, V. Oficinas terapêuticas de horta no CAPS: uma revisão de literatura sobre benefícios e aplicações. *Textura*, Porto Alegre, v. 18, n. 2, p. 56-65, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.22479/texturav18n2p56_65.

OLIVEIRA FILHO, P. R. V.; ROSCOCHE, K. G. C.; MOTA, R. G. Implementação de horta comunitária como laborterapia para usuários de um instituto de reabilitação psicossocial. *Interfaces – Revista de Extensão da UFMG*, Belo Horizonte, v. 7, n. 2, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/19098>

RIBEIRO, L. A.; SALA, A. L. B.; OLIVEIRA, A. G. B. de. As oficinas terapêuticas nos centros de atenção psicossocial. *REME – Revista Mineira de Enfermagem*, Belo Horizonte, v.12, n.4, p. 1–10, 2008. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/reme/article/view/50580>

TESSER, C. D. Práticas complementares, racionalidades médicas e promoção da saúde: contribuições pouco exploradas. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 8, p. 1732-1742, ago. 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2009000800009>.