

Oficina Verde: manejo de elementos da natureza na saúde mental

Carmelita Gomes Rodrigues¹
Simone Maria Loureiro Cabral Guimarães²
Viviane Celi Hermida Gonçalves³
Henrique Gustavo Tamm⁴
Derotóvio Otilio dos Santos⁵
Dulcilene Rodrigues de Medeiros⁶

RESUMO

Introdução: A *Oficina Verde* é uma horta-jardim montada em uma unidade de saúde mental para crianças e adolescentes do Distrito Federal, sob inspiração da Biofilia, que defende a inclinação natural dos seres humanos para amar todas as formas de vida e se beneficiar da proximidade com a Natureza.

Objetivo: Melhorar os atendimentos da Unidade, com a criação de área verde que propicie manejo da terra, de animais e plantas, e torne mais confortável e acolhedora a sala de espera.

¹Psicóloga do Centro de Orientação Médico-Psicopedagógico (Compp), da Secretaria de Estado de Saúde-SES/DF, Mestra em Psicologia Clínica pela UnB;

²Médica neuropediatra/Compp;

³Terapeuta Ocupacional/Compp;

⁴Técnico Administrativo/Compp;

⁵Agente Social/Compp;

⁶Assistente Social/Compp

Método: A Oficina Verde foi implantada a partir de parceria com a Emater-DF, Novacap e o Viveiro do Lago Norte, cada uma contribuindo conforme competência e disponibilidade próprias, e com a colaboração não remunerada de servidores do Compp.

Resultados: O projeto melhorou a ambiência, tem inspirado usuários do serviço a replicarem a ideia, propiciou a distribuição de informações, sementes e mudas, e influenciou mudança de hábito entre os servidores.

Conclusão: A criação de uma área cultivada em uma unidade de saúde mental trouxe muitos benefícios aos usuários e aos servidores e pode ser adotada em outros serviços públicos sem elevação de custos.

Palavras-chave: horticultura terapêutica, saúde mental, promoção da saúde

Correspondência:

COMPP: Setor Médico Hospitalar Norte,
Quadra 501 Bloco A, Edifício Compp,
Asa Norte, Brasília - DF, CEP 70710-
907; telefone (61)3326-3346; email:
collegcompp@gmail.com

INTRODUÇÃO

A *Oficina Verde* é um misto de horta e jardim montada no Centro de Orientação Médico-psicopedagógico (Compp), uma unidade de saúde mental para crianças e adolescentes da Secretaria de Estado de Saúde do Governo do Distrito Federal. Portadores de transtornos mentais graves, como esquizofrenia e autismo, por vezes expressam aparente sofrimento por meio de gritos, agressividade, choros e agitação, favorecendo quadros de estresse, exaustão, irritabilidade e humor rebaixado, neles próprios e nos parentes e cuidadores, amplificando o sofrimento e dificultando a atuação dos profissionais envolvidos.

Ao se criar a Oficina Verde a intenção inicial era aproveitar uma área ociosa e amenizar o desconforto da espera pelos atendimentos, recorrendo aos benefícios do contato, direto ou indireto, com a Natureza, conforme defende a Biofilia, hipótese segundo a qual os seres humanos têm inclinação inata para afiliarem-se à Natureza e de se beneficiarem dessa relação¹ Assim, objetivou-se melhorar as condições de atendimentos da Unidade, em observância às metas da política de promoção da saúde do SUS e dos preceitos da Política Nacional de Humanização².

MÉTODOS

Para montar a Oficina Verde foi necessário desenvolver parceria com outros órgãos públicos, como Emater-DF, Novacap e Viveiro do Lago Norte, que contribuíram cada um com recursos que dispunham. A Novacap doou terra adubada, troncos para cercamento e plantas ornamentais. A Emater-DF colaborou promovendo treinamento técnico dos servidores envolvidos, doando adubo, ferramentas, sementes e mangueiras para irrigação. O Viveiro do Lago Norte doou plantas e sementes.

A aquisição dos demais itens considerados indispensáveis foi feita com recursos advindos de um bazar que teve a participação dos servidores da Unidade. No início, alguns técnicos de saúde foram trabalhar nos finais de semana, sem remuneração. Outros, contribuíram pagando jardineiro profissional, disponibilizando carros particulares para transporte de material e mobilizando contatos pessoais para obter doação de grama.

Considerando o objetivo específico de melhorar e humanizar os atendimentos, o novo espaço

começou tendo acesso livre. Houve, então, pedidos de pais e cuidadores para delimitação da área verde. Apesar da frustração inicial causada pela medida restritiva, e consequente alteração no manejo do espaço, a adaptação mostrou-se funcional. Foi construída uma cerca e um portão para controle do acesso. Desta forma, a área passou a ser muito frequentada por pássaros, que se transformaram em entretenimento para os usuários, principalmente as crianças.

O cuidado em preservar as plantas não inviabilizou a intenção inicial de aproximar as pessoas da natureza. Foram plantados três pés de maracujás e as folhagens conduzidas de modo a formar um pergolado, sob o qual as pessoas passaram a se sentar para contemplar o jardim, inspirando ar puro e odor de flores.

No decorrer do trabalho, o contato com a *Moringa oleifera Lam*, uma espécie vegetal originária da Índia que tem elevado potencial nutritivo e fitoterápico, inspirou a ampliação da ideia, sendo acrescentado à proposta o olhar para a demanda nutricional dos pacientes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Política Nacional de Humanização do SUS prevê a necessidade de se criar adequada “Ambiência” aos usuários e servidores, isto é, “espaços saudáveis, acolhedores e confortáveis, que respeitem a privacidade, propiciem mudanças no processo de trabalho e sejam lugares de encontro entre as pessoas”². Desde a criação da Oficina Verde, tem-se ouvido sucessivos relatos de que a área proporciona conforto, acolhimento, incentivo à reflexão e que possibilita alívio às angústias, não só no período de espera pelos atendimentos, mas também fora de lá, porque a ideia vem sendo replicada por algumas famílias em seus espaços particulares.

Em concordância com esse olhar voltado para demandas nutricionais dos pacientes, um estudo realizado em Portugal analisou a relação entre doenças mentais e nutrição³. Os resultados da pesquisadora portuguesa apontam a obesidade como comorbidade prevalente entre portadores de esquizofrenia, quando comparado à população em geral. As causas dessa alteração são multifatoriais e associadas à medicação antipsicótica, ao estilo de vida, aos maus hábitos alimentares e à falta de atividade física³. Em outra pesquisa, foi avaliado o perfil nutricional de pessoas com transtorno mental de uma Residência Terapêutica do município de

Alfenas (MG) tendo sido encontrados resultados semelhantes⁴. Isso justifica que se vincule as intervenções psicológicas e médicas às demandas nutricionais, por vezes sendo aconselhável apontar alternativas na alimentação e estimular mudança de hábitos alimentares.

A Oficina Verde, iniciada em novembro de 2016, ainda está em construção, mas estima-se que o número de beneficiados, direta e indiretamente, seja superior a duzentas pessoas por dia, a média de usuários atendidos na Unidade. O pó das folhas da moringa, que vem sendo usado por usuários e servidores como reforço nutricional, é feito em conjunto com servidores, pacientes e acompanhantes desses. Outro resultado é a mudança de hábito dos servidores, que passaram a tomar chás, em substituição ao café.

A ideia inicial, de se fazer uma simples horta, evoluiu para uma proposta mais abrangente: um espaço multifuncional, destinado à produção e distribuição de sementes e vegetais nutritivos e para manejo direto da terra e de plantas, em conjunto com pacientes e usuários, entre outras formas de uso voltadas para a reaproximação das pessoas com a natureza.

CONCLUSÃO

A implantação da Oficina Verde atingiu o objetivo principal, o de melhorar as condições de atendimento na Unidade, ao oferecer ambiente de espera agradável e confortável; ao reduzir a aglomeração na sala de espera, atraindo pessoas

para o pergolado enfeitado com os maracujazeiros; ao diminuir o calor e aumentar a umidade da área de espera, com a transpiração das folhas; ao reduzir ansiedade da espera com a presença dos pássaros e outros elementos que entretêm os usuários; ao propiciar a possibilidade de aspiração de odores florais e de ervas aromáticas, como o manjeriço e o capim santo, e oferecer pó de folhas de moringa como complemento nutricional. Outro ganho foi tornar possíveis pequenos passeios com os pacientes e seus acompanhantes, imergindo-os no ambiente verde.

Além disso, a Oficina Verde promoveu mais tranquilidade para a equipe, com a redução das intercorrências provocadas pelo estresse da espera, ajudou na integração dos servidores e tem sido fator motivacional para trabalhos em equipe.

A área pequena, de 8 metros quadrados, em vez de impedimento, delimitou o foco, direcionando o manejo para a produção de sementes e para ser referencial de uso racional de pequenos espaços. A disponibilidade para colaborar, de servidores da Emater-DF, Novacap e Viveiro do Lago Norte, mostrou ser possível trabalhar em parcerias no âmbito do GDF, melhorando-se os serviços públicos sem aumentar despesas. Acredita-se que a iniciativa pode ser replicada em escolas e outras unidades de saúde mental, tanto no âmbito do GDF quanto da iniciativa privada. Pode-se, dessa forma, inferir que a Oficina Verde corrobora a percepção da Biofilia, de que a interação com a Natureza oferece efeitos positivos sobre a saúde.

REFERÊNCIAS

1. Grinde B, Patil GG: Biofilia: Does Visual Contact with Nature Impact n Health and Well-Being? Maryland (EUA): *International Journal of Environmental Research and Public Health*; 2009. Acesso em 13 de fevereiro de 2018. Disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2760412/?tool=pubmed>.
2. Brasil. *Cartilha da Política Nacional de Humanização (PNH)*. 1ª Ed. Brasília-DF; 2013. Acesso em 13 de fevereiro de 2018. Disponível em http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_humanizacao_pnh_folheto.pdf.
3. Garcia PCO, Moreira JC, Bissoli MC, Simões MR. Perfil nutricional de indivíduos com transtorno mental, usuários do Serviço Residencial Terapêutico, do município de Alfenas – MG. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações*, v. 11, n. 1, p. 114-126, jan./jul. 2013. Acesso em 12 de fevereiro de 2018. Disponível em http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/909/pdf_30.
4. Costa ABF. *Obesidade e Síndrome Metabólica na Esquizofrenia*. Porto, Portugal: Repositório da Universidade de Porto; 2009. Acesso em 14 de fevereiro de 2018. Disponível em https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/54551/3/126030_0904TCD04.pdf.