

Horto terapia como Prática Integrativa no SUS

Autor*: Dejnys Cristina Bussolin Reis
Orientador**: Rubens Bedrikow

Introdução

O desenvolvimento de atividades manuais relacionadas ao manejo de plantas medicinais e hortaliças, tem se mostrado muito benéfico na ação complementar ao tratamento medicamentoso, promovendo melhorias através dos sentidos e da mente, trabalhando questões sociais, cognitivas, físicas, psicológicas, auxiliando no alívio do estresse e agregando saberes.

Objetivo

Mostrar a implantação da horta terapêutica, oferecendo oportunidade de se ter um espaço para criação, produção, transformação, humanização, experimentação, socialização e convivência aos munícipes da região do Centro de Saúde Carvalho de Moura

Motivar o trabalho multiprofissional através da construção da horta, plantando em cada funcionário o desejo de trabalhar em equipe, mostrando que cada um a sua maneira pode contribuir para a construção de uma convivência melhor.

Captação de recursos e processos para implantação da Horta

✓ Captação de materiais

Parceria com comércios locais, funcionários da Unidade Básica e munícipes da região sul de Campinas.



✓ Ciranda de Ervas

Palestra ministrada com objetivo de trocar experiências e saberes sobre as plantas, a fim de se conhecer um pouco mais sobre a fitoterapia, cura através das plantas, das quais se podem utilizar diversas partes, desde sementes, folhas, flores, frutos, cascas até as raízes.



✓ Escolha do terreno

1. local que receba luz solar em abundância;
2. Disponibilidade de água de boa qualidade e abundante.



✓ Inauguração da Horta



✓ Preparo do terreno

1. Limpeza e revolvimento do solo;
2. Adubação orgânica realizada com esterco curtido de animais e composto orgânico na dosagem de 3-5kg/m²;
3. Realizado controle do mato, eliminação de plantas doente e regas.



Conclusão

As atividades desenvolvidas na horta terapêutica foram muito efetivas na complementação do tratamento dos pacientes, pode-se observar mudanças subjetivas na representação social do indivíduo, redução do índice de uso de medicamentos, principalmente dos medicamentos usados sem prescrição médica, melhorando assim a qualidade de vida dos participantes. Com a relativa possibilidade da autonomia nos cuidados com a própria saúde, viu-se um aumento significativo na auto-estima de alguns dos participantes do grupo. Houve um ganho inestimável por parte dos funcionários envolvidos no projeto, por meio do desenvolvimento de habilidades de extensão, crescimento em cidadania e enriquecimento de informações.