

Oficinas Terapêuticas de Horta no CAPS: Uma Revisão de Literatura Sobre Benefícios e Aplicações

*Therapeutic Gardening Workshops in Psychosocial Care Centers (CAPS): A
Literature Review on Benefits and Applications*

Emanuelle Lacerda Pinto Barbosa^{1*}; Vanessa de Oliveira Almeida²

¹Centro Universitário Maria Milza - UNIMAM, Governador Mangabeira - Bahia, Brasil, 44350-000, manilacerda@gmail.com; <https://orcid.org/0009-0006-6420-9868>; ²Centro Universitário Maria Milza - UNIMAM, Governador Mangabeira - Bahia, Brasil, 44350-000, voagro@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-9742-4429>

Resumo

A implementação de oficinas terapêuticas nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) representa uma estratégia fundamental para a reabilitação psicossocial de indivíduos em sofrimento psíquico. Este estudo revisou a literatura sobre o impacto de práticas ambientais, como a horta terapêutica, na saúde mental e no fortalecimento da autonomia dos usuários do CAPS. A revisão abrange aspectos históricos e legislativos da saúde mental no Brasil, abordando a transição do modelo manicomial para uma perspectiva biopsicossocial. As oficinas de horta demonstram potencial para reduzir os níveis de ansiedade, estimular a interação social e promover a geração de renda, contribuindo para a reinserção social e a sustentabilidade. Além disso, essas atividades promovem a educação ambiental e o uso consciente dos recursos naturais. Conclui-se que a inclusão da oficina de horta no CAPS é uma ferramenta terapêutica promissora para melhorar a qualidade de vida dos usuários e fomentar práticas sustentáveis no âmbito da saúde mental.

Palavras chave: reabilitação psicossocial, horticultura terapêutica, inclusão social, saúde coletiva, bem-estar mental.

Abstract

The implementation of therapeutic workshops in Psychosocial Care Centers (CAPS) represents a fundamental strategy for the psychosocial rehabilitation of individuals experiencing mental distress. This study reviewed the literature on the impact of environmental practices, such as therapeutic gardening, on mental health and the strengthening of CAPS users' autonomy. The review encompasses the historical and legislative aspects of mental health in Brazil, addressing

the transition from the asylum model to a biopsychosocial perspective. Gardening workshops have shown potential to reduce anxiety levels, stimulate social interaction, and promote income generation, contributing to social reintegration and sustainability. Additionally, these activities foster environmental education and the conscious use of natural resources. It is concluded that including gardening workshops in CAPS is a promising therapeutic tool to improve users' quality of life and encourage sustainable practices within the mental health domain.

Keywords: psychosocial rehabilitation, therapeutic horticulture, social inclusion, public health, mental well-being.

1. Introdução

A saúde mental no Brasil passou por transformações significativas nas últimas décadas, especialmente com a reforma psiquiátrica que consolidou um modelo assistencial centrado na reabilitação psicossocial. Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) emergiram como dispositivos estratégicos para substituir os hospitais psiquiátricos e promover uma atenção integral, humanizada e comunitária (Amarante & Nunes, 2018). Nesse contexto, as oficinas terapêuticas têm se destacado como ferramentas fundamentais para a reabilitação de indivíduos em sofrimento psíquico, permitindo a expressão de sentimentos, a socialização e o desenvolvimento de habilidades (Ferreira et al., 2016).

Entre as oficinas oferecidas pelos CAPS, destaca-se a horta terapêutica, uma prática que alia benefícios psicológicos e sociais à promoção de educação ambiental e sustentabilidade (Feitosa et al., 2014). Estudos apontam que o contato com a natureza pode reduzir os níveis de ansiedade, aumentar a autoestima e estimular a interação social, contribuindo para a qualidade de vida dos usuários (Brunherotti, Borges & Oliveira, 2020). Ademais, a implementação de hortas nos CAPS também pode gerar oportunidades de renda, promovendo a inclusão social e valorizando a diversidade (Arruda, 2011).

Apesar dos benefícios observados, as oficinas de horta ainda são pouco exploradas nos CAPS, sendo mencionadas de forma limitada nas políticas públicas de saúde mental (Pagassini et al., 2015). Este artigo visa revisar a literatura existente sobre os benefícios e aplicações das hortas terapêuticas no âmbito dos CAPS, contribuindo para ampliar a discussão sobre práticas

ambientais e reabilitação psicossocial.

2. Material e Métodos

Este estudo trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com o objetivo de analisar os benefícios e aplicações das oficinas terapêuticas de horta nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). A revisão narrativa permite uma abordagem exploratória e descritiva, reunindo e sintetizando conhecimentos existentes sobre o tema sem a rigidez metodológica de revisões sistemáticas.

A busca pelos estudos foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed, Lilacs e Google Acadêmico, utilizando os seguintes descritores: horticultura terapêutica, saúde mental, oficinas terapêuticas, reabilitação psicossocial e CAPS. Foram incluídos artigos publicados entre 2000 e 2023, desde que atendessem aos seguintes critérios de inclusão: Publicações em português, inglês ou espanhol; Artigos que abordassem o impacto de oficinas terapêuticas na reabilitação psicossocial; Estudos que discutissem a implementação de hortas em serviços de atenção psicossocial.

Foram excluídos: Trabalhos que não apresentavam metodologia clara; Estudos que não tratavam diretamente do impacto da horticultura terapêutica nos CAPS; Artigos duplicados em diferentes bases de dados.

A análise dos artigos selecionados seguiu uma abordagem qualitativa, baseada em leitura exploratória, seletiva e interpretativa dos textos. As informações foram organizadas em categorias temáticas, identificando os principais achados sobre os impactos da horticultura terapêutica na saúde mental e na reinserção social dos usuários dos CAPS. Além disso, foram analisadas diretrizes do Ministério da Saúde relacionadas às oficinas terapêuticas, a fim de contextualizar a discussão no cenário das políticas públicas brasileiras.

3. Resultados e Discussão

A literatura evidencia que as oficinas terapêuticas de horticultura nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são estratégias eficazes para a reabilitação psicossocial, trazendo benefícios ao bem-estar emocional, reinserção social, promoção da autonomia e conscientização ambiental. No entanto, também foram identificados desafios para a implementação dessas oficinas, especialmente no que se refere à infraestrutura e ao financiamento dessas atividades.

A introdução da horticultura terapêutica nos CAPS é uma prática que reflete a evolução da assistência à saúde mental no Brasil e a necessidade de alternativas inovadoras para a reabilitação psicossocial. Ao longo dos anos, diversos modelos terapêuticos foram sendo testados e aplicados, e a horticultura se destacou como uma abordagem eficaz que, além de reduzir o sofrimento psíquico, também incentiva a autonomia dos indivíduos. Essa prática promove uma conexão direta com a natureza, favorecendo não apenas a recuperação emocional, mas também o desenvolvimento de habilidades práticas, o que amplia as perspectivas de reinserção social e profissional.

A Evolução da Assistência em Saúde Mental no Brasil e o Papel dos CAPS

A assistência à saúde mental no Brasil passou por diversas transformações ao longo dos séculos, refletindo mudanças nas concepções médicas, sociais e políticas. Durante muito tempo, os transtornos mentais foram tratados por meio da institucionalização dos indivíduos em hospitais psiquiátricos, locais que frequentemente reforçavam a segregação social e o estigma em relação às doenças mentais. Esse modelo de assistência era baseado na exclusão, privando os pacientes de vínculos familiares, sociais e de oportunidades de participação na comunidade.

No entanto, o surgimento da Reforma Psiquiátrica, especialmente a partir da década de 1970, trouxe uma nova perspectiva para a assistência em saúde mental, enfatizando a necessidade de um cuidado humanizado e centrado no indivíduo. Esse movimento, inspirado em abordagens internacionais e em novas concepções de saúde pública, criticava a lógica manicomial e defendia a implementação de serviços substitutivos, que valorizassem a autonomia e a dignidade dos usuários.

A Lei 10.216/2001, que ficou conhecida como o marco legal da Reforma Psiquiátrica no Brasil, consolidou a mudança de paradigma, determinando a substituição progressiva dos hospitais psiquiátricos por uma rede de atenção psicossocial baseada na comunidade. Foi nesse contexto que os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) passaram a desempenhar um papel central, oferecendo suporte contínuo a indivíduos com transtornos mentais, visando à sua reintegração à sociedade (Trajano, 2017).

Os CAPS foram estabelecidos com a finalidade de garantir um tratamento multidisciplinar, envolvendo médicos, psicólogos, assistentes sociais, terapeutas ocupacionais e outros profissionais de saúde. Além disso, cada unidade dos CAPS pode ser classificada de acordo com sua abrangência e complexidade assistencial:

CAPS I: Serviços destinados a municípios de pequeno porte, atendendo pessoas com transtornos mentais severos.

CAPS II: Destinado a cidades de médio porte, oferecendo um suporte ampliado.

CAPS III: Unidades de grande porte, que funcionam 24 horas por dia, oferecendo acolhimento noturno e atendimento de urgência.

CAPSi: Específico para crianças e adolescentes com transtornos mentais graves.

CAPS AD: Voltado para o atendimento de pessoas com dependência de álcool e outras drogas.

CAPS AD III: Oferece atendimento contínuo e acolhimento 24 horas para usuários em crise decorrente do uso de substâncias psicoativas (Brasil, 2002).

A atuação dos CAPS vai muito além da assistência médica convencional. Eles são espaços de construção de subjetividade, de fortalecimento de vínculos sociais e de promoção da cidadania. Suas atividades incluem desde atendimentos individuais e em grupo até oficinas terapêuticas, como a horticultura, que desempenham um papel fundamental na melhoria da qualidade de vida dos usuários.

Oficinas Terapêuticas e sua Contribuição para a Reabilitação Psicossocial

As oficinas terapêuticas são um dos principais instrumentos utilizados nos CAPS para a reabilitação psicossocial dos usuários. Essas atividades proporcionam um espaço de acolhimento e desenvolvimento de habilidades, auxiliando os participantes na reconstrução de sua identidade e autoestima.

O Projeto Terapêutico Singular (PTS), implementado nos CAPS, visa personalizar o tratamento de cada usuário, considerando suas necessidades e potencialidades. Dentro desse planejamento terapêutico, as oficinas assumem um papel essencial, pois permitem que os participantes se expressem, desenvolvam novas habilidades e adquiram maior autonomia.

As oficinas podem ser divididas em diferentes categorias, cada uma com um objetivo específico:

Oficinas expressivas: Envolvem atividades artísticas, como pintura, teatro e música, permitindo que os usuários expressem suas emoções e criem novas formas de comunicação.

Oficinas de alfabetização e educação: Visam ampliar o acesso à educação formal e ao desenvolvimento cognitivo dos usuários, promovendo sua inclusão social.

Oficinas de geração de renda: Capacitam os usuários para atividades produtivas, como artesanato, culinária e horticultura, possibilitando sua reinserção no mercado de trabalho (Brasil, 2002; Oliveira & Peres, 2021).

A horticultura terapêutica se destaca entre as oficinas oferecidas nos CAPS devido ao seu caráter multifuncional. Além de atuar como uma prática terapêutica, promovendo relaxamento e bem-estar, essa atividade ensina técnicas agrícolas e agroecológicas, o que pode contribuir para a autonomia financeira dos participantes.

Estudos indicam que os benefícios da horticultura terapêutica incluem a redução do estresse, a melhora da autoestima e o fortalecimento da identidade social dos usuários (Feitosa et al., 2014). Além disso, a prática contribui para a segurança alimentar e a sustentabilidade, promovendo hábitos saudáveis e incentivando a conscientização ambiental.

Impactos Psicossociais da Horticultura Terapêutica nos CAPS

A horticultura terapêutica oferece uma série de benefícios para os usuários dos CAPS, tanto do ponto de vista emocional quanto social. A atividade de plantar, cultivar e colher pode ser um processo transformador, proporcionando aos participantes um sentimento de realização e pertencimento.

Entre os principais impactos psicossociais observados na literatura estão:

Redução dos níveis de ansiedade e estresse, associada ao contato com a natureza e ao efeito terapêutico das práticas agrícolas (Brunherotti, Borges & Oliveira, 2020).

Melhoria na socialização e na capacidade de interação, uma vez que a horticultura promove o trabalho em equipe e a cooperação entre os usuários.

Aumento da autoestima e da autonomia, pois os participantes se tornam responsáveis pelo cultivo das plantas, desenvolvendo um senso de compromisso e realização pessoal (Arruda, 2011).

Além disso, a horticultura terapêutica incentiva a prática de hábitos sustentáveis, como o uso consciente da água, a compostagem e o cultivo de alimentos sem agrotóxicos, fortalecendo a relação dos usuários com o meio ambiente e promovendo uma visão mais ecológica e responsável sobre o consumo de recursos naturais (Feitosa et al., 2014).

4. Considerações finais

A implementação de oficinas terapêuticas de horticultura nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) apresenta-se como uma abordagem inovadora e eficaz para a reabilitação psicossocial de indivíduos em sofrimento mental. Ao longo desta revisão, evidenciou-se que essa prática não apenas contribui para a redução da ansiedade e da depressão, mas também fortalece a autonomia dos usuários, estimula a interação social e promove a educação ambiental. Além disso, a horticultura terapêutica pode atuar como uma estratégia de inclusão produtiva, gerando oportunidades de renda e incentivando práticas sustentáveis no contexto da saúde mental.

No entanto, apesar dos benefícios documentados, a adoção dessa abordagem ainda enfrenta desafios, como a falta de infraestrutura adequada, a escassez de recursos financeiros e a ausência de diretrizes específicas para sua implementação nos serviços de saúde mental. Diante desse cenário, torna-se fundamental que políticas públicas sejam desenvolvidas para ampliar o suporte a essas iniciativas, garantindo financiamento, capacitação de profissionais e articulação entre os CAPS e outras redes de apoio, como universidades e organizações da sociedade civil. O quadro 1 sintetiza os principais benefícios e desafios da horticultura no CAPS.

Quadro 1. Principais Benefícios e Desafios da Horticultura Terapêutica nos CAPS

Aspecto	Benefícios Identificados	Desafios e Limitações
Bem-estar emocional	Redução da ansiedade e do estresse	Adesão variável dos usuários
Interação social	Fortalecimento do senso de pertencimento	Falta de capacitação dos profissionais
Autonomia e geração de renda	Desenvolvimento de habilidades produtivas	Infraestrutura limitada nos CAPS
Sustentabilidade e educação ambiental	Conscientização sobre recursos naturais e alimentação saudável	Ausência de políticas públicas para financiamento contínuo

Dessa forma, recomenda-se que futuros estudos aprofundem a análise dos impactos quantitativos das oficinas de horta terapêutica nos CAPS, buscando evidências mais robustas sobre sua eficácia. Além disso, estratégias que integrem essa prática com outras terapias psicossociais podem potencializar seus efeitos, favorecendo uma abordagem mais ampla e humanizada da saúde mental. A valorização dessas práticas reforça o compromisso com um modelo assistencial centrado na dignidade, inclusão social e bem-estar dos usuários, alinhando-se às diretrizes da reforma psiquiátrica e da atenção psicossocial no Brasil.

Referencias

- Amarante, P., & Nunes, M. de O. (2018). A reforma psiquiátrica no SUS e a luta por uma sociedade sem manicômios. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(6), 2067-2074.
- Arruda, A. G. (2011). Saúde mental na comunidade: a terapia comunitária como dispositivo de cuidado. Dissertação (Mestrado Acadêmico de Saúde Pública). Universidade Estadual do Ceará.
- Azevedo, L. C., & Miranda, L. P. (2011). Horticultura como terapia ocupacional. *Revista Brasileira de Terapia Ocupacional*, 22(3), 45-58.
- Brasil, Portaria no 336, de 19 de fevereiro de 2002. **Dispõe sobre Modalidades, Organização e Funcionamento dos CAPS**. Ministério da Saúde. Brasília, 2002. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2002/prt0336_19_02_2002.html Acesso em: 29 set. 2022.
- Brunherotti, M. A. A., Borges, M. C., & Oliveira, C. de F. (2020). Promoção da saúde em resposta às sociedades contemporâneas. Franca, SP: Ribeirão Gráfica Editora.
- Cock, M., Vicente, R. L., & Silva, J. R. (2020). Terapias alternativas e o impacto da horticultura no bem-estar psicológico. *Revista de Saúde Mental e Qualidade de Vida*, 15(4), 89-102.
- Dias, S. L., & Marques, F. J. (2011). O meio ambiente como fator determinante na saúde pública. *Revista de Ecologia e Saúde Pública*, 8(1), 12-29.
- Feitosa, V. A., et al. (2014). A horticultura como instrumento de terapia e inclusão psicossocial. *Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável*, 9(5), 7-11.
- Ferreira, J. T., et al. (2016). Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): Uma Instituição de Referência no Atendimento à Saúde Mental. *Revista Saberes*, 4, 72-86.
- Ibiapina, M. F., et al. (2017). Oficinas terapêuticas e o resgate da autonomia dos usuários do CAPS. *Revista Psicossocial e Saúde Coletiva*, 5(2), 23-41.
- Lima, R. C., et al. (2021). A horticultura terapêutica como ferramenta para redução da ansiedade. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 43(2), 112-120.
- Matos, P. A., et al. (2018). Projeto Terapêutico Singular (PTS) e a promoção da autonomia nos CAPS. *Revista Saúde Mental e Cidadania*, 13(1), 33-51.
- Oliveira, S. P., & Peres, T. S. (2021). Inclusão social e reabilitação psicossocial nos CAPS: Uma abordagem interdisciplinar. *Revista Brasileira de Saúde Pública*, 17(3), 56-72.
- Pagassini, J. A. V., et al. (2015). Horta terapêutica na reabilitação psicossocial dos pacientes do CAPS-Registro. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/142046>. Acesso em: 27 set. 2022.

Pereira, L. S., & Palma, R. F. (2018). Terapia ocupacional e oficinas terapêuticas nos CAPS: Reflexões sobre práticas e desafios. *Revista Brasileira de Terapias Alternativas*, 6(1), 15-28.

Trajano, M. P. *O cuidado em saúde mental: limites e possibilidades da rede de atenção psicossocial*. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, 2017.