Anais do II Congresso de Ciência e Tecnologia da PUC Goiás
Disponível em: http://pucgoias.edu.br/ucg/prope/pesquisa/anais/2016
ISSN: 2177-3327

O CONTATO COM A TERRA COMO ATIVIDADE PROMOTORA DA SAÚDE: UMA EXPERIÊNCIA NA SAÚDE MENTAL DE GOIÂNIA

CÁSSIO HENRIQUE ALVES DE OLIVEIRA, MARINA COSTA E SILVA, REJANY MENDES VIEIRA, THAIS RODRIGUES CUNHA URBANO
cassioolive@live.com

Objetivo: Descrever acerca das possibilidades do contato com a terra ser uma atividade promotora de bem estar e saúde para os Usuários de um Centro de Atenção Psicossocial de Goiânia. **Método:** O estudo é desenvolvido seguindo a metodologia problematizadora do Arco de Maguerez. Parte da realidade social e após análise, levantamento de hipóteses e possíveis soluções, retorna à realidade. As consequências deverão ser traduzidas em novas ações, desta vez com mais informações, capazes de provocar intencionalmente algum tipo de transformação nessa mesma realidade. Para tal, é necessário seguir os passos propostos pela metodologia, são eles, a observação da realidade; levantamento dos pontos chaves; teorização; hipóteses de solução e a aplicação à realidade. Teve como realidade social um Centro de Atenção Psicossocial – CAPS do município de Goiânia (Goiás) e seu desenvolvimento deu-se por meio de trabalho voluntário. **Resultados:** Foram aplicadas todas as etapas da metodologia do estudo, partindo da observação da realidade e finalizando com uma oficina durante atividade terapêutica de jardinagem do CAPS. Esta que foi um rico espaço para a melhora mental e social dos envolvidos. O contato com a terra e natureza aliado à concepções agroecológicas possibilitou reflexões no grupo que uma sala de aula não possibilita, o auxílio na reinserção social dos usuários, a diminuição da ansiedade e estresse, o aumento da autoestima, o equilíbrio de energias e por muitas vezes maior tempo longe de crises, a interação entre o grupo e a sua contribuição em favor do meio ambiente, contribuição para a manutenção do equilíbrio ambiental, preocupação, ocupação e desenvolvimento afetivo e vínculo entre os participantes e o vínculo ambiental. **Conclusão:** As atividades terapêuticas são consideradas atividades que permitem o exercício da cidadania, a expressão de liberdade, a reinserção social, a convivência dos diferentes e ainda espaços de tratamento. O contato com as plantas e a terra é relatado como atividades relaxantes e prazerosas para pacientes que possuem algum tipo de transtorno mental, podem prevenir crises e é uma possibilidade de atividade terapêutica promotora de bem estar e saúde.

Palavras-chave: promoção da saúde. saúde mental. enfermagem.