

ETNOBOTÂNICA COMO TERAPIA OCUPACIONAL NA MELHOR IDADE

Yorranne Neves de Oliveira Pirolli

Universidade Estadual do Maranhão

Sielma Pereira de Souza

Universidade Estadual do Maranhão

Leandra Matos Barrozo

Universidade Estadual do Maranhão

Joel Cabral dos Santos

Universidade Estadual do Maranhão

Erlen Keila Candido e Silva

Universidade do Estadual do Maranhão

Resumo: O hábito de consumir hortaliças e chás de ervas medicinais pode ser desenvolvido em asilos com a participação direta dos idosos nas etapas de implantação, manutenção e colheita, proporcionando satisfação e aprendizado sobre valores nutritivos e importância para a saúde. O projeto foi realizado no Lar São Vicente de Paula, instituição não governamental fundada em 1978, que já atendeu cerca de 270 pessoas com mais de 50 anos. O objetivo foi transformar o ambiente em um espaço dinâmico e pedagógico, envolvendo idosos, equipe da instituição e da UEMA em atividades práticas ligadas à nutrição, educação alimentar, ambiental e paisagística. Foram realizadas visitas, reuniões, produção de composto orgânico, uso de materiais recicláveis para plantio, limpeza da área, revitalização do jardim, plantio, acompanhamento e colheita. Observou-se efeito positivo no envolvimento dos participantes, fortalecendo a interação entre a universidade e a comunidade, além de promover troca de conhecimentos.

Palavras-chave: Horticultura, Lar São Vicente e Jardinagem

Ethnobotany as a Tool for Occupational Therapy in Later Life

Abstract: The habit of consuming vegetables and medicinal herbal teas can be developed in nursing homes with the direct participation of the elderly in the stages of implementation, maintenance, and harvesting, providing satisfaction and learning about nutritional values and health importance. The project was carried out at Lar São Vicente de Paula, a non-governmental institution founded in 1978, which has already served around 270 people over the age of 50. The objective was to transform the environment into a dynamic and pedagogical space, involving the elderly, the institution's staff, and UEMA in practical activities related to nutrition, food education, environmental awareness, and landscaping. Visits, meetings, organic compost production, use of recyclable materials for planting, area cleaning, garden revitalization, planting, monitoring, and harvesting were carried out. A positive effect was observed in the involvement of participants, strengthening the interaction between the university and the community, as well as promoting the exchange of knowledge.

Keywords: Horticulture, Lar São Vicente and Garden culture.

1. Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente no Brasil e no mundo, trazendo consigo desafios relacionados à saúde física, mental e social dos idosos. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil já ocupa a quinta posição mundial em < sielmaagro@gmail.com Tel. >, < leandrabarrozo1@gmail.com 2>, < agronomojoel@gmail.com> suellencosta@professor.uema.br

número de idosos, com cerca de 15 milhões de pessoas nessa faixa etária, o que aumenta a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (VIEBIG *et al.*, 2009).

Nesse contexto, práticas educativas e terapêuticas que envolvem o contato com a natureza, como a jardinocultura e a horticultura, têm se mostrado eficazes para promover bem-estar, estimular a autonomia e favorecer a integração comunitária. A jardinagem, além de ser um mecanismo educativo, contribui para disseminar conceitos de ecologia, sustentabilidade e democracia (SANTANA, 2014).

A etnobotânica, ao valorizar o conhecimento tradicional sobre plantas e seus usos, surge como uma ferramenta capaz de unir aspectos nutricionais, medicinais e ambientais em atividades significativas para a chamada “melhor idade”. As plantas medicinais, por exemplo, possuem compostos ativos que apresentam menor efeito colateral em comparação aos medicamentos sintéticos, além de baixo custo quando cultivadas de forma caseira, embora seja necessário cuidado com espécies tóxicas (SAITO, 2015).

Partindo dessa perspectiva, o presente estudo foi desenvolvido no Lar São Vicente de Paula, instituição não governamental fundada em 1978, que já acolheu cerca de 270 pessoas acima de 50 anos. O projeto buscou transformar um espaço monótono em um ambiente dinâmico e pedagógico, envolvendo idosos, equipe da instituição e acadêmicos da UEMA em práticas ligadas à nutrição, educação alimentar e ambiental.

A problematização central reside na necessidade de oferecer aos idosos atividades que não apenas ocupem o tempo, mas que também proporcionem aprendizado, interação social e benefícios à saúde, combatendo o isolamento e a monotonia frequentemente presentes em instituições de longa permanência.

O objetivo do resumo é apresentar os resultados da implantação de hortas e jardins como estratégia de terapia ocupacional baseada na etnobotânica, destacando seus impactos positivos na qualidade de vida dos idosos e na integração entre universidade e comunidade.

A metodologia consistiu em visitas, reuniões, dinâmicas de socialização, produção de composto orgânico, uso de materiais recicláveis para plantio, limpeza e revitalização da área, implantação da horta vertical e do jardim, acompanhamento das plantações e colheita, sempre com a participação ativa dos idosos.

2. Material e Métodos

O projeto foi desenvolvido no Lar São Vicente de Paulo, onde inicialmente realizaram-se reuniões com os idosos para criar vínculos afetivos e explicar os objetivos da iniciativa. Foram promovidas dinâmicas para tornar o ambiente mais alegre e estimular sentimentos de felicidade, além de atividades de comunicação voltadas para compreender as individualidades e necessidades de cada participante. Em seguida, foi feita a vistoria da área destinada à implantação da horta e revitalização do jardim, acompanhada de palestras explicativas sobre os benefícios nutricionais das hortaliças e a importância das plantas medicinais. A preparação da horta vertical envolveu limpeza do espaço, uso de materiais recicláveis, preparo do substrato e organização da estrutura. O jardim também foi limpo e

complementado com flores e grama. Para a adubação, utilizou-se esterco bovino e pau de buriti devidamente curtidos. O plantio das hortaliças, plantas medicinais e ornamentais foi realizado por meio de mudas, transplantadas para recipientes e locais estratégicos. O acompanhamento incluiu observação do desenvolvimento das plantas, controle de pragas com inseticidas naturais e podas. Por fim, a colheita de tomates, coentro, cebolinhas, alface e pimentas foi destinada à alimentação dos idosos, enquanto as plantas medicinais foram utilizadas na preparação de chás fitoterápicos, proporcionando bem-estar e contribuindo para um ambiente mais alegre e saudável.

3. Resultados/ Referencial Teórico

O projeto no Lar São Vicente de Paulo, foi transformado em um ambiente mais alegre, no qual os idosos responderam positivamente cada visita, tornou-se um ambiente grandiosamente dinâmico. Sentimo-nos realizados por deixamos satisfeitos. Houve Interação entre os idosos através de brincadeiras e conversas. Melhoramos o espaço físico; realizamos a colheita das hortaliças, executamos atividades para melhor entendimento sobre o projeto. O envelhecimento populacional no Brasil tem aumentado significativamente, trazendo consigo maior prevalência de doenças crônicas e a necessidade de estratégias que promovam saúde e qualidade de vida. Nesse contexto, a horticultura e a jardinocultura se destacam como práticas educativas e terapêuticas, capazes de estimular hábitos alimentares saudáveis, consciência ambiental e integração social. O contato com a natureza, por meio de hortas e jardins, também contribui para o bem-estar psicológico e físico, reduzindo estresse e favorecendo a recuperação em ambientes institucionais. A etnobotânica, por sua vez, valoriza o conhecimento tradicional sobre plantas medicinais, promovendo autonomia e integração comunitária, desde que utilizada de forma responsável. Assim, o cultivo de hortas e jardins em instituições de longa permanência configura-se como uma estratégia pedagógica e terapêutica, capaz de unir saúde, educação e sustentabilidade em benefício dos idosos.

4. Discussão

O projeto de etnobotânica desenvolvido no Lar São Vicente de Paulo demonstrou que a implantação de hortas e jardins em instituições de acolhimento de idosos pode ser uma estratégia eficaz de terapia ocupacional, promovendo benefícios físicos, emocionais e sociais. A participação ativa dos idosos nas etapas de preparo, plantio, acompanhamento e colheita reforçou a importância do vínculo com a natureza e do trabalho coletivo, favorecendo a socialização e o sentimento de utilidade.

Os resultados observados confirmam achados da literatura, como os de Dobbert (2012), que apontam a influência positiva da paisagem na recuperação e bem-estar, e de Pinho (2012), que relaciona o consumo de hortaliças à prevenção de doenças cardiovasculares. Além disso, o contato direto com plantas medicinais e hortaliças reforça práticas de educação alimentar e ambiental, contribuindo para hábitos mais saudáveis e sustentáveis.

Outro ponto relevante foi o uso de materiais recicláveis e adubos naturais, como o esterco bovino e o paú de buriti, que além de reduzir custos, estimularam práticas de sustentabilidade e consciência ecológica. A revitalização do jardim e a criação da horta vertical transformaram o espaço físico em um ambiente mais agradável, o que impactou diretamente no humor e na qualidade de vida dos idosos.

Portanto, a experiência evidencia que projetos de horticultura e jardinagem em instituições asilares não apenas promovem saúde e bem-estar, mas também fortalecem a integração entre comunidade acadêmica e sociedade, criando um espaço pedagógico e terapêutico que valoriza o envelhecimento ativo e saudável.

5. Conclusões

De acordo com exposto, podemos observar que a maioria dos idosos tem conhecimentos da importância das hortaliças na alimentação diária, e da beleza e bem estar que um jardim pode proporcionar. O projeto foi bem aceito por parte da coordenação e os idosos do Lar São Vicente de Paulo, o mesmo possibilitou a prática de diversas atividades em educação ambiental e alimentar, auxiliando no processo de ensino-aprendizagem, permitindo a ação de trabalho coletivo entre os idosos e nós alunos envolvidos. Sentiram-se melhor em um ambiente renovado e alegre, no qual obtivemos junto a eles experiências para levar para o resto da vida mostrando uma realidade que muitas vezes só ouvimos falar.

Referências

VIEBIG, R. F., PASTOR-VALERO, M., SCAZUFCA, M., & MENEZES, P. R. Consumo de frutas e hortaliças por idosos de baixa renda na cidade de São Paulo. **Revista de Pública Saúde**, v. 43, n. 5, p. 806-813, 2009.

SANTANA, S. C., DA SILVA, R. F., DE OLIVEIRA, R. A., BORNELLI, M. N., & DA SILVA, D. B **Projeto cultivando o jardim da vida: Projeto Jardim na Escola** . 2014

SAITO, M. L. **Cultivo de plantas medicinais**. 2015