



OS BENEFÍCIOS DA HORTA COMUNITÁRIA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

Alexandra da Rosa Tariga¹
Vinicius Tonollier Pereira²

RESUMO

A horta é um instrumento rico que pode ser aproveitado tanto para prevenir indicadores de risco quanto a promoção e recuperação da saúde, podendo ser utilizado como terapia ao mexer na terra, socialização, interação, aumento do vínculo da população com a Unidade Básica de Saúde (UBS), aliada na promoção de alimentação saudável melhorando o acesso da população a verduras e legumes. Esta pesquisa tem como objetivo principal identificar os principais benefícios de constituir uma horta comunitária em uma Unidade Básica de Saúde, com a finalidade de proporcionar qualidade de vida para as pessoas. Como metodologia, serão pesquisados em artigos, revistas e sites de pesquisa científica a cerca dos benefícios da horta comunitária, se este instrumento de trabalho traz qualidade de vida aos usuários do serviço e da comunidade em geral. Aliado a isso, serão relatadas também experiências de estágio curricular em uma UBS, dentro da ênfase de Prevenção e Promoção de Saúde do curso de psicologia. Pode-se considerar que é de grande relevância todos os tipos de grupos que são realizados na Atenção Básica. É uma forma de promover a saúde, atendendo um número maior de sujeitos da comunidade. Vale ressaltar, que os grupos de convivência podem ser grupos com temas livres, de preferência dos usuários, tentando não direcionar o foco para a doença. No caso da Horta Comunitária, a intenção é de que se disponibilize um espaço de escuta coletiva para estas pessoas, ao mesmo tempo que se torne um espaço terapêutico no que diz respeito ao desenvolvimento de habilidades destes sujeitos, que possam resgatar a autoestima e saúde mental.

Palavras-chave: Horta Comunitária; Benefícios; Prática de estágio; Unidade Básica de Saúde.

¹ Acadêmico da disciplina Estágio em Promoção e Prevenção da Saúde II do curso de Psicologia da Instituição Ulbra Guaíba. Mail: alexandra.tariga@hotmail.com

² Docente do curso de Psicologia da Instituição Ulbra Guaíba. Mail: viniustonollier@hotmail.com