

CISEs de São Caetano usam hortaterapia como projeto de recuperação de idosos



Fotos: Eric Romero / PMSCS

Os CISEs (Centros de Integração de Saúde e Educação) da Terceira Idade de São Caetano do Sul utilizam o projeto de hortaterapia no auxílio à recuperação de idosos. A iniciativa tem sido cada vez mais usada no tratamento de doenças ou desequilíbrios emocionais, como o estresse e a depressão, com o suporte e acompanhamento de um terapeuta ou médico.

"A hortaterapia consiste no cultivo de plantas, flores e hortaliças com o objetivo de estimular a criatividade, memória visual e atividade motora. Traz benefícios no tratamento de depressão, ansiedade, demência de Alzheimer e diversas outras patologias, pela melhora da autoestima, autocuidado e atividade motora nas ações realizadas durante o cultivo. Isso melhora os níveis hormonais e diminui o estresse do paciente", explica Rogério Salvador Lopes, 32 anos, médico da Estratégia de Saúde da Família no Bairro Prosperidade.

Além do CISE João Castaldelli, a Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade) oferece hortaterapia nos CISEs Benedito Djalma Castro (Bairro

Prosperidade), Dr. Moacyr Rodrigues (Bairro Santa Paula) e João Nicolau Braidó (Bairro São José), além da Estação Cultura (Centro).

HORTATERAPIA: Os benefícios de colocar as mãos na terra e lidar com plantas, flores ou árvores frutíferas, são muitos: melhora o humor, proporciona bem-estar, reabilita pacientes no aspectos mental, emocional e físico, além de servir de terapia ocupacional e social.

Nascida em São Caetano, interior de Pernambuco, e há mais de 50 anos em São Caetano do Sul, dona Maria do Socorro Felizardo, de 69 anos, sofre de crises de depressão, e encontrou acolhimento nas atividades da hortaterapia do CISE João Castaldelli, no Bairro Olímpico.

"A melhora da minha mãe é visível. Inclusive, a médica que a acompanha mensalmente comentou que houve evolução significativa, tanto nas atividades físicas como na forma de agir", ressalta Luciana Carvalho Felizardo Contin, de 43 anos, filha de dona Maria do Socorro.

A hortaterapia pode ser passiva ou ativa, sendo que no primeiro caso os usuários contemplam a beleza da natureza e, no segundo, os pacientes participam diretamente da criação, organização, manutenção e cuidado do espaço verde.

Os projetos de hortaterapia envolvem a participação ativa de pacientes que plantam, regam, podam e se envolvem de corpo e alma nessa atividade, para depois contemplarem os resultados de toda essa dedicação, vendo a beleza crescer ao seu redor com plantas florescendo e frutificando.

<https://g7abc.com.br/sao-caetano-do-sul/cises-de-sao-caetano-usam-hortaterapia-como-projeto-de-recuperacao-de-idosos>

Veículo: Online -> Portal -> Portal G7 ABC

Seção: São Caetano