

## **S.Caetano utiliza hortoterapia para reabilitação e tratamento de doenças**

---

Amanda Lemos

Com objetivo de tratar doenças ou desequilíbrios emocionais em uma experiência tranquilizadora, São Caetano passa a utilizar hortaterapia nos CISEs (centros de integração de saúde e educação) da Terceira Idade. O projeto auxilia a oxigenar o sangue, relaxa o corpo e libera endorfinas que ajudam a aliviar o estresse, ansiedade além de reduzir a pressão arterial em idosos.

Em entrevista ao RDtv, o médico da Estratégia de Saúde da Família de São Caetano, Rogério Salvador Lopes, explica que o procedimento é indicado a pessoas com doenças crônicas, entre elas pessoas com diagnósticos como depressão e estresse. “A hortoterapia melhora ainda a autoestima, os movimentos e bioquimicamente e hormonalmente também a serotonina”, explica Lopes.

Há mais de 50 anos em São Caetano, dona Maria do Socorro Felizardo, de 69 anos, sofre com crises de depressão, e encontrou acolhimento nas atividades de 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”, diz Luciana Carvalho Felizardo Contin, filha de Maria do Socorro.

A hortaterapia consiste no cultivo de plantas, flores e hortaliças, com objetivo de estimular a criatividade, memória visual e atividade motora. Traz benefícios no tratamento de depressão, ansiedade, demência de Alzheimer e diversas patologias, pela melhora da autoestima e atividade motora nas ações realizadas durante o cultivo. “Isso melhora os níveis hormonais e diminui o estresse do paciente”, salienta o médico.

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.

Os projetos 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.

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 Braido (Bairro São José), além da Estação Cultura (Centro).

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3108925/s-caetano-utiliza-hortoterapia-para-reabilitacao-e-tratamento-de-doencas/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Repórter Diário - Santo André/SP

**Seção:** Saúde