HORA DO CHÁ COMO MOMENTO DE COMENSALIDADE E TROCA DE EXPERIÊNCIAS ENTRE OS PACIENTES PSIQUIÁTRICOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO COMPLEXO DE SAÚDE PROFESSOR SEVERINO LOPES.

DÉBORA KELLY COSTA ARAUJO; GERCIENE MICAELLI FERREIRA TAVARES; LAÍSE MAYARA BARROS DE OLIVEIRA; MARIA NAYRAN ANDRADE SILVA CARDOSO; MAXSON JANAILSON DOS SANTOS.

RESUMO

O comportamento alimentar do ser humano ao longo de sua evolução vem se diferenciando não somente pelas interferências biológicas, mas, também pela comensalidade, ou seja, pelo conviver à mesa e isto envolve não somente questões relacionadas a padrões e escolhas alimentares, mas, também como se estabelece tal ato. Dessa forma, a alimentação reflete o cotidiano e as relações compartilhadas, sendo a comensalidade um fator relevante na estruturação da organização social. Considerando esse contexto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência da “Hora do chá” como momento de comensalidade. A pesquisa trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, da Hora do Chá, realizado com os pacientes da unidade psiquiátrica do Complexo de Saúde Professor Severino Lopes - CSPSL e desenvolvido pelos setores de Hortoterapia e de Nutrição e Dietética. A “Hora do Chá” consiste em uma atividade terapêutica desenvolvida pelo projeto de Hortoterapia executado desde setembro do ano de 2021 no CSPSL, sendo realizada uma vez por semana em formato de roda de conversa mediada pela bióloga da instituição. Os resultados demonstram que os pacientes apresentam adesão à atividade proposta, boa aceitação alimentar e conseguem partilhar memórias afetivas, além disso, permite a integração social, proporcionando uma experiência sensorial mútua, promovendo a interação entre os integrantes. Além disso, proporcionou momentos de qualidade, aproximação com elementos da natureza, vivências anteriores, resgate de saberes populares, incentivo e informação sobre as práticas alimentares saudáveis, ampliação do conhecimento sobre o uso integral dos alimentos e autocuidado. Com base nisso, a “Hora do chá" constitui uma importante atividade terapêutica como recurso para promover a comensalidade entre os participantes do projeto. Construindo e reforçando laços de reciprocidade, interações interpessoais e partilha de saberes.

Palavras-chave: Saúde Mental; Práticas Complementares; Nutrição Afetiva, Hortoterapia e Etnobotânica.

1 INTRODUÇÃO

O Complexo de Saúde Professor Severino Lopes (CSPSL) desenvolve suas atividades desde 02 de junho de 1956, a unidade psiquiátrica atua como pioneira no tratamento psiquiátrico especializado no Rio Grande do Norte, se caracteriza com uma entidade de

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18123

natureza filantrópica, e possui como mantenedora a Sociedade Professor Heitor Carrilho.

A unidade psiquiátrica tem como proposta oferecer tratamento e assistência integral em saúde mental, considerando os processos biopsicossociais complexos, através de linhas de cuidados humanizadas, na perspectiva da clínica ampliada, através do trabalho da equipe multidisciplinar e uma abordagem interdisciplinar e intersetorial, com ações inseridas em uma rede de serviços e dispositivos de atenção e de cuidado. (BRASIL, 2001).

A lei 10.216 - Art. 4 e § 2º institui: (BRASIL, 2001)

> "O tratamento em regime de internação será estruturado de forma a oferecer **assistência integral** à pessoa portadora de transtornos mentais, incluindo serviços médicos, de assistência social, psicológicos, ocupacionais,
> de lazer, e **outros."**

Os transtornos relacionados a saúde mental acometem mais de 450 milhões de pessoas correspondendo a 12,3% das causas de enfermidades e invalidez, no Brasil, foram encontrados altos índices de transtornos mentais na população adulta, cerca de 20 a 56%, com destaque para populações específicas, como mulheres e trabalhadores (SILVA, et al., 2021).

Dentre as propostas terapêuticas que complementam o tratamento dos pacientes no CSPSL as práticas assistenciais complementares contribuem para a terapêutica do tratamento e o Projeto da Hortoterapia, este tem atuação complementar ao tratamento e melhoria de qualidade de vida de pacientes com algum tipo de adoecimento mental e dependência química.

O projeto da Hortoterapia é uma proposta terapêutica que combina cultivo de plantas, práticas sustentáveis e educação ambiental, observa-se que em pacientes psiquiátricos apresentavam melhora quando participam dessas atividades em ambiente hospitalar. Essa prática auxilia a inclusão social, permitindo ao indivíduo o contato com o meio ambiente, sendo uma alternativa possível de ser replicada referente a promoção à saúde de forma a estimular a concentração, diminuir estresse e auxiliar na recuperação, sendo um importante método de terapia psicossocial (SILVA, et al., 2022).

O projeto da Hortoterapia juntamente com o Setor de Nutrição e Dietética do CSPSL, são parte da equipe interdisciplinar, esta é composta de bióloga e nutricionistas, através de atuação interdisciplinar, proporcionam aos usuários dos serviços de saúde internados na unidade psiquiátrica, a atividade com oferta de chá, uma vez por semana, em roda de conversa, resgatando memórias e partilhando vivências em chás.

O contato com plantas pode proporcionar ao paciente psiquiátrico o cuidado com o meio ambiente, por meio do preparo do solo, cultivo e colheita de frutos (TEIXEIRA, 2019), reconhecendo a importância na boa alimentação através do plantio. A prática proporciona a relação de autocuidado e a socialização em grupo por ser tratar de uma atividade coletiva, com criação de vínculos afetivos (LUCA, et al., 2021).

A boa alimentação garante os nutrientes necessários para o funcionamento e manutenção do corpo humano, porém não se limita apenas a função biológica, o ato de comer fornece a sensação de bem-estar e saciedade ao indivíduo, além de ter representação simbólica decorrentes de relações sociais, determinadas por fatores externos: como a própria disponibilidade de alimentos e cultura; e internos: como os sentimentos, afetos e memórias (BORGES; PEIXOTO; COELHO, 2022).

Comensalidade deriva do latim "mensa" que significa conviver à mesa e isto envolve não somente o que se come, mas, principalmente, como se come. A partilha dos alimentos é uma prática que acompanha a sociedade há anos, o ato de comer em coletividade reforça a união da família ou grupo, pois além de partilhar a comida, partilham-se as sensações proporcionadas pela alimentação (BAPTISTA; ALMEIDA; FAGUNDES; ZANINI, 2022).

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18123

O presente trabalho busca relatar a experiência da “Hora do chá” como momento de comensalidade, partilhas de saberes e memórias afetivas, proporcionando bem-estar aos pacientes da unidade psiquiátrica do CSPSL no município de Natal/RN.

2 RELATO DE EXPERIÊNCIA

Este trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, da Hora do Chá como momento de comensalidade e resgate de memória afetiva com chá, proposta desenvolvida pelo projeto da Hortoterapia e Setor de Nutrição e Dietética (SND) realizado por profissionais da saúde, bióloga e nutricionistas atuantes na unidade psiquiátrica do CSPSL situada na cidade de Natal, Rio Grande do Norte.

A “Hora do Chá” consiste em uma atividade terapêutica desenvolvida no projeto de Hortoterapia executado desde setembro do ano de 2021 no CSPSL. A atividade é desenvolvida uma vez por semana com os pacientes em formato de roda de conversa mediada pela bióloga da instituição, é oferecido o chá produzido pelo SND, tendo como público alvo os pacientes da unidade psiquiátrica.

A assistência ao paciente psiquiátrico envolve cuidados que estão estruturados em uma complexa rede de saberes, que são desenvolvidos através do trabalho de equipe multidisciplinar e uma abordagem interdisciplinar e intersetorial. Aos sábados como conclusão das atividades terapêuticas do Projeto da Hortoterapia, acontece “o momento do chá”, é priorizado os chás que apresentam propriedades calmantes, evitando os termogênicos e servindo essa bebida sem açúcar. Como acompanhamento pode ser servido torradas com geleia ou bolo, tais alimentos são produzidos a partir do aproveitamento integral dos alimentos, sendo utilizado cascas de frutas e sementes.

Durante a prática terapêutica os pacientes apresentam adesão a atividade proposta, além de boa aceitação alimentar, conseguem partilhar memórias afetivas, demonstram engajamento e satisfação em participar do momento. O projeto da Hortoterapia em parceria com o Setor de Nutrição e Dietética do CSPSL, prepararam o momento do chá aos sábado, ocasião em que os pacientes podem partilhar memórias afetivas, vivenciam a comensalidade, conhecer e/ou reconhecer uma prática sustentável possível e de baixo custo referente ao aproveitamento integral de alimentos.

O intuito é promover momentos de qualidade, interação social, aproximação com elementos da natureza, partilha de memórias afetivas, vivências anteriores, resgate de saberes populares, incentivo e informação sobre as práticas alimentares saudáveis, ampliar o conhecimento sobre o uso integral dos alimentos e autocuidado.

Tabela de alimentos servidos.

Tipos de chás	Tipos dos Bolos	Tipos de Geleias
● Cidreira; ● Capim Santo; ● Melissa; ● Camomila; ● Erva-doce; ● Folha do maracujazeiro; ● Hortelã;	● Casca de banana; ● Casca de jerimum; ● Casca de melão; ● Sementes de jerimum; ● Casca de maçã;	● Casca de melão; ● Casca de mamão;

3 DISCUSSÃO

Fatores ambientais, sociais e políticos, exercem influência sobre a alimentação, desta

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18123

forma, o cuidado em saúde mental deve ser pautado na reabilitação psicossocial, a fim de garantir autonomia e fortalecer a cidadania que geram impacto na saúde do indivíduo (BORGES; PEIXOTO; COELHO, 2022). A educação em saúde e a troca de experiências são ferramentas para a promoção à saúde, uma vez que estimulam o autocuidado, sobretudo em pacientes psiquiátricos (SILVA et al., 2022).

A comensalidade está ligada a sociabilidade humana, capacidade humana de estabelecer e fortalecer laços sociais. A sociabilidade por meio da alimentação se manifesta no alimento compartilhado que permite a integração social, proporcionando uma experiência sensorial mútua, promovendo a interação entre os indivíduos. Compartilhar alimentos pela comensalidade constrói e reforça laços mútuos de reciprocidade e as interações interpessoais (FALTIN; GIMENES-MINASSE, 2019).

O ser humano é agente de transformação da natureza, pois utiliza os recursos naturais não apenas para a sua sobrevivência, mas os manipula e utiliza para diversos fins, o que constitui a partir de experiências empíricas, saberes culturais e ancestrais. A etnobotânica na atualidade busca investigar a relação de interdependência entre as populações tradicionais, sociedades urbanas e sociedades rurais não tradicionais com as plantas, como esse recurso essencial para a existência da vida dos humanos no planeta é utilizado de diferentes formas (DE ALBUQUERQUE, 2022).

A ONU através da agenda 2030 propôs 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - ODS, os quais buscam até 2030, cumprir em escala global de maneira articulada as desafiadoras metas que objetivam acabar com a pobreza, proteger o meio ambiente e o clima e garantir que as pessoas, em todos os lugares, possam desfrutar de paz e de prosperidade. A meta 3.4 até 2030, reduzir em um terço a mortalidade prematura por doenças não transmissíveis via prevenção e tratamento, e promover a saúde mental e o bem-estar (ONU, 2015).

O dia 21 de maio é estabelecido pela Organização das Nações Unidas para alimentação e agricultura (FAO), o dia internacional do chá. Essa bebida milenar, que desenvolve papel colaborativo para a saúde, a cultura e o desenvolvimento socioeconômico de diferentes regiões e diversos países. Em 2022 a FAO destaca a necessidade de maior sustentabilidade que seja econômica, social e ambiental no setor do chá, pois possibilita a melhora da segurança alimentar, nutricional e o empoderamento das mulheres.

4 CONCLUSÃO

Diante dos aspectos observados, podemos concluir que a experiência da “Hora do chá” possibilita aos participantes do projeto um relevante momento para desenvolver e praticar a comensalidade, a partilha de saberes e de memórias afetivas. Além disso, possibilitou uma maior integração social e uma experiência sensorial mútua, através da oferta do chá e de alimentos saudáveis. Sendo assim, proporcionou momentos de qualidade, aproximação com elementos da natureza, vivências anteriores, resgate de saberes populares e bem-estar aos pacientes da unidade psiquiátrica do CSPSL.

REFERÊNCIAS

BAPTISTA, E. F.; ALMEIDA, L. C.; FAGUNDES, G. P.; ZANINI, R. V. Commensality practices among university students. O Mundo da Saúde, v. 46, p. 311-320, 2022.

BRASIL. Lei n o 10.216, de 6 de abril de 2001. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Brasília, DF, 2001.

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18123

BORGES, W. L. PEIXOTO H. G. E.; COELHO, L. F. S. Alimentação afetiva no cuidado em saúde mental: um relato de experiência. Health Residencies Journal, v.3, n.15, p. 1-16, 2022.

DE ALBUQUERQUE, Ulysses Paulino et al. **Introdução à etnobotânica**. Interciência, 2022.

FALTIN, A. O.; GIMENES-MINASSE, M. H. Comensalidade, Hospitalidade e Convivialidade: um ensaio teórico. **Rosa dos Ventos - Turismo e Hospitalidade**, v.11, n. 3, p. 634-652, 2019.

ONU. Transformando nosso mundo: a agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável. Nova Iorque, 2015. Disponível em: . Acesso em: 10 nov. 2022.

PRATTA, Elisângela Maria Machado; SANTOS, Manoel Antonio dos. O processo saúde-doença e a dependência química: interfaces e evolução. **Psicologia: Teoria e pesquisa**, v. 25, p. 203-211, 2009. (4)

SILVA, I. P. M. et al. Estimulando o autocuidado fundamentado na teoria de Dorothea Orema à clientes de um hospital psiquiátrico. Research, Society and Development. v. 11, n. 13, p. 1 - 6, 2022.

SILVA, D. B. *et al*. Enfermeiros de urgência e emergência no atendimento à pacientes com transtornos psiquiátricos. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 13, n. 2, p. 1-8, 2021.

TEIXEIRA, P. S. Hortoterapia: saúde mental e física. 2019. 8 f. Dissertação - Curso de Curso de Especialização em Saúde da Família, Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2019.

SILVA, S. *et al*. Aprendendo com as diferenças: Hortoterapia como ferramenta de inclusão social de alunos da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE). Revista Extensão em foca, v. 1, n. 26, p. 152-166, 2022.

LUCA, M. E. M. *et al*. Horta terapêutica: a hortoterapia como atividade promotoca de saúde em UBS. Revista da JOPIC, v. 6, n. 10, p. 1-13, 2021.

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18123