

IMPLANTAÇÃO DO PROJETO TERRAPIA NA UNESP DE PRESIDENTE PRUDENTE E A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

IMPLEMENTATION OF LAND THERAPY PROJECT AT SÃO PAULO STATE UNIVERSITY AND PROMOTION OF MENTAL HEALTH

Maria Beatriz Dellagnesi Bovolato

E-mail: biah_dell@hotmail.com

Graduação em Geografia

Faculdade de Ciência e Tecnologia – UNESP

Campus de Presidente Prudente

Prof. Dr. Raul Borges Guimarães

E-mail: raul@fct.unesp.br

Professor de Geografia

Faculdade de Ciência e Tecnologia – UNESP

Campus de Presidente Prudente

Resumo: Os crescentes casos de adoecimento e desenvolvimento de distúrbios psíquicos e depressivos na comunidade acadêmica têm trazido à tona discussões acerca da promoção da saúde. Ao iniciar sua trajetória acadêmica, o estudante pode ser exposto a um ambiente individualista baseado na constante produção acadêmica e na competição entre os jovens, sendo determinante para a sua saúde mental. A partir desse exposto, buscamos desenvolver nesse trabalho os resultados parciais obtidos com a implantação do Projeto Terrapia na UNESP, que tem como objetivo promover a saúde mental a partir do contato da terra por meio da implantação de uma horta coletiva.

Palavras-chaves: Saúde mental, Geografia da Saúde, Universidade, Sofrimento Mental.

Abstract: The increasing cases of illness and development of physic disorders and depression in the academic community have brought to the fore discussions about health promotion. To begin his academic trajectory, the student may be exposed to an individualistic environment based on constant academic production and competition among the young, being determinant for your mental health. Taking this as a starting point, we present in this work the partial results obtained with the implementation of the Terrapia Project at UNESP, which aims to promote mental health from the contact of the earth through the deployment of a collective garden.

Keywords: Mental Health, Geography of Health, University, Mental Suffering.

Minha boca cheia de palavras
Meu coração tá sufocando meu pulmão
Respiração, as minhas veias tão tremendo

Porque calaram meu grito de amor
Calaram meu grito de dor
Aqui ninguém mais fala dos motivos de estarmos doentes
Estamos doentes
(Remédio - Russo Passapusso)

Introdução

A discussão da saúde mental nas universidades brasileiras tem se tornado cada vez mais importante, uma vez que são crescentes os casos de depressão e outros distúrbios psíquicos entre docentes e discentes no país. Essa temática traz para o debate a necessidade de compreender as características de ambientes saudáveis e de quais seriam as formas de garantir que o estudante universitário esteja pleno de suas condições físicas, mentais e sociais. Como tem sido um processo recorrente, é de grande relevância o desenvolvimento de estudos que compreendam o adoecimento psíquico dos estudantes e reflitam sobre as políticas de assistência estudantil que irão dar suporte às ações curativas, preventivas e de promoção da saúde mental para os jovens universitários. Entendemos que ao entrar na universidade, o jovem se vê entre o afastamento dos vínculos familiares afetivos e a necessidade de se fazer escolhas que irão impactar o futuro enquanto profissional, ocasionando um rápido processo de crescimento e de responsabilização, além da própria pressão social dentro da estrutura da universidade. Afinal, de acordo com Venturini & Goulart (2016),

Na sua proposta educacional, a universidade se apresenta como um conjunto de "possibilidades e obstáculos" para os estudantes, determinados a obter um resultado positivo. Se são respeitados os critérios de uma "frustração positiva", a superação dos obstáculos pode se tornar um fator de crescimento. Mas quando isso não acontece, ocorre o fenômeno do "fracasso escolar" com possíveis repercussões sobre o sentimento de autoestima dos estudantes. (p. 101)

Dessa forma, a experiência na universidade acaba sendo um fator determinante para a saúde mental daqueles que a frequentam, principalmente se

esta experiência resultar num espaço excludente que incentiva o individualismo e uma constante produção científica que acarreta a competição entre os jovens. É importante salientar que a universidade é como qualquer outro ambiente de trabalho e,

pode influenciar também a saúde mental de seus trabalhadores – professores, técnico-administrativos e funcionários. [...] Não devemos esquecer que a universidade, de fato, é inserida no contexto societário. E, hoje, na sociedade brasileira, parece dominar a incerteza e o individualismo (VENTURINI e GOULART, 2016, p.101).

Nesse sentido, o presente trabalho apresenta os principais resultados do Trabalho de Conclusão do Curso de Bacharelado em Geografia, procurando compreender como a universidade está enfrentando esse tipo de situação, zelando pela saúde mental dos seus alunos e, ao mesmo tempo, promovendo ações de promoção à saúde. Para isto, o presente trabalho descreve e discute os resultados parciais do Projeto TERRAPIA que está sendo implantado, em conjunto com a Seção Técnica de Saúde da FCT UNESP.

Diante dessas preocupações que se desenvolveu na UNESP de Presidente Prudente, o Projeto TERRAPIA, tem como referência o Programa Terrapia – Alimentação Viva na Promoção da Saúde da Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP), que tem como pressupostos o desenvolvimento, “através de práticas cotidianas, de uma culinária brasileira sem cozinhar os alimentos e um modo de olhar o próprio corpo como ecossistema e meio de participação na preservação ambiental” (SILVA, 1997, p.1). Assim sendo, o projeto TERRAPIA baseia-se na construção de uma horta coletiva pelos membros da comunidade acadêmica, tendo como objetivo promover a saúde mental através do contato com a terra e com uma alimentação mais saudável. O tema em questão ganha interesse da Geografia da Saúde,

pois o espaço, como conceito interdisciplinar e multidisciplinar, ganha destaque, pois nele vamos observar uma série de fatores positivos e negativos que influenciam a vida do indivíduo. Na medida em que o ambiente do homem sofre perturbações, sejam elas físicas, econômicas ou sociais, pode ocorrer uma sensível alteração na saúde do indivíduo. (VAZ e REMOALDO, 2011, p.176)

Dessa forma entendemos que o espaço universitário e as relações que se produzem sobre ele são determinantes na formação do sujeito que o frequenta.

Procedimentos Metodológicos

Perante o exposto, o procedimento metodológico adotado foi a da pesquisa participante, fundamentada em vários pressupostos da pesquisa qualitativa, tendo em vista que o caminho seguido foi a da busca do envolvimento no TERRAPIA numa perspectiva colaborativa, considerando-se as experiências pessoais e coletivas do próprio grupo que está implantando o projeto. Assim,

termo participante sugere a controversa inserção de um pesquisador num campo de investigação formado pela vida social e cultural de um outro, próximo ou distante, que, por sua vez, é convocado a participar da investigação na qualidade de informante, colaborador ou interlocutor” (SCHMIDT, 2006, p.14).

Portanto, adotamos como procedimento principal da pesquisa o próprio envolvimento na implantação do Projeto TERRAPIA, assim como o registro fotográfico das atividades realizadas e dos relatos orais baseados na história de vida dos estudantes, docentes e técnicos administrativos da UNESP envolvidos nessa experiência coletiva. Entendemos que a história de vida “[...] pode ser descrita como um conjunto de eventos que fundamentam a vida de uma pessoa e é, normalmente, determinada pela duração e localização dessas existências ao longo de uma vida (BORN, p. 241, 2001).” Dessa forma, os relatos são compartilhados através da utilização de um roteiro semiestruturado, que apresentam questões que vão desde a trajetória individual do entrevistado até a importância da vivência com o grupo do TERRAPIA.

Resultados e Discussão

As atividades do TERRAPIA se iniciaram no início do mês de junho de 2017 e até o momento temos percebido um crescente interesse dos membros da comunidade acadêmica conforme as atividades são divulgadas. Os frequentadores do projeto são alunos da graduação e pós-graduação, professores e funcionários e ex-funcionários. A iniciativa de se desenvolver atividades de promoção da saúde na universidade “[...] coloca a educação (institucional ou não) uma forma de desenvolver o exercício da cidadania para, desse modo, conseguir atitudes que levem à melhoria das condições de saúde e vida” (BYDLOWSKI, WESTPHAL, PEREIRA, 2004, p.18).

Sendo assim, os encontros do TERRAPIA começaram a serem organizados a partir da divulgação pelo e-mail institucional e pela rede social do Facebook, no qual os interessados em participar deveriam enviar os seus dados para esse e-mail. A partir disso, foi organizado um primeiro encontro que teve como intuito o reconhecimento do espaço em que seria desenvolvida a horta. Posteriormente, foi criado um grupo na rede social do Whatsapp onde são trocadas todas as informações referentes às atividades do projeto TERRAPIA. Dessa forma, foram organizados mutirões para a limpeza do terreno, para o plantio das mudas e para a instalação dos sombrites. Além disso, foi criada uma página no Facebook no qual são divulgadas as atividades do Terrapia.

Os cuidados com a horta, as atividades em grupo e o planejamento para as próximas ações agregam ao Projeto TERRAPIA um valor terapêutico, pois as relações que se dão nesse espaço são pautadas no respeito e na reciprocidade. Assim, o Projeto TERRAPIA se apresenta com diversas possibilidades de usos para aqueles que o frequentam:

“A TERRAPIA pra mim ó, é a terapia em si, eu tenho identificado que é uma prática meditativa pra mim. Cada pessoa tem uma possibilidade, ai eu tenho enxergado que estar ali é uma meditação. Criar o espaço zen também é uma área que aflora a parte artística da gente. Ah, essa outra esfera da alimentação... A questão do lixo... Então é um mundo de informações que se desdobram pra minha vida, esse cantinho. (risos). Ai é um pouco isso... E as amizades! Fiz amizades também, então em todos os campos mesmo...” (Entrevistada NA, entrevista realizada 01 de dezembro de 2017).

Por esse exposto, percebemos que ao promover um espaço propício a práticas saudáveis que são voltados para o diálogo, para a produção de alimentos, mesmo que em escala local, entendemos que essas atividades realizadas no Projeto TERRAPIA correspondem às estratégias de ação para a promoção da saúde propostas pela Carta de Ottawa, abrangendo a

elaboração e implementação de políticas públicas saudáveis; a criação de ambientes favoráveis à saúde; reforço da ação comunitária; desenvolvimento de habilidades pessoais e a reorientação do sistema de saúde. (BUSS, 2000, p.170).

É importante salientar que as experiências trocadas, as formas do cultivo das hortaliças e o tratamento da terra são resultantes da vivência própria de cada sujeito, àqueles que até então não tinham contato com a terra, vão aprendendo a lidar com ela a partir das trocas de informações. Percebemos isso a partir da fala de um dos entrevistados:

“Mais de botar a mão na terra vai muito de família, meu pai e minha mãe são de área rural, nasci em área urbana né, mas meus pais sempre valorizavam muito. A gente morava lá num predinho, mas sempre que achava uma horta próxima meus pais davam preferência de ir comprar na horta do que ir no mercado. Até mesmo no final da infância meu pai comprou um terreninho próximo ao apartamento só pra plantar coisas.” (Entrevistada NA, entrevista realizada 01 de dezembro de 2017).

Conforme salienta Silva (1997), “o contato direto com a terra e o envolvimento com a produção de alimentos favorece a reorganização do convívio humano e também a reflexão sobre o modo de estar no mundo e integrado na rede da vida”, transformando práticas que até então eram individuais, em coletivas.

As imagens a seguir mostram as etapas alcançadas pelo grupo e as melhorias realizadas, como a instalação de sombrites e a criação do “cantinho zen” como uma área de descanso.



Foto 1: Mutirão de limpeza do terreno destinado a horta. BOVOLATO, M.B.D. Junho 2017



Foto 2: Primeiro mutirão de limpeza. BOVOLATO, M.B.D. Junho, 2017.



Foto 3: Mutirão para o primeiro plantio. BOVOLATO, M.B.D. Junho 2017.



Foto 4: Primeira colheita das hortaliças e piquenique com saladas do TERRAPIA. BOVOLATO, M.B.D. Agosto 2017.



Foto 5: Encontro para definir as próximas atividades do TERRAPIA. BOVOLATO, M.B.D. Setembro, 2017



Foto 6: Instalação de sombrites. BOVOLATO, M.B.D. Outubro 2017.



Foto 7: Cantinho Zen. BOVOLATO, M.B.D. Novembro 2017.



Foto 8: Fachada da horta do TERRAPIA. BOVOLATO, M.B.D. dezembro 2017.

Assim, o desenvolvimento e a continuidade das atividades do projeto TERRAPIA servem como base para as discussões acerca da saúde mental na universidade, visando entender os reais motivos que levam à comunidade acadêmica a um processo de adoecimento mental e, conseqüentemente, a promover um espaço de práticas saudáveis, conforme afirmam Venturini & Goulart (2016), que seja voltado para o fortalecimento da comunidade universitária solidária e que ofereça oportunidades de formação aos universitários sem anular suas identidades (p.103).

Considerações Finais

Por se tratar de um projeto inicial, há ainda muitas possibilidades para serem trabalhadas. As ações do TERRAPIA apresentam uma alternativa para as formas convencionais de tratamento da saúde mental. Afinal,

Com um olhar voltado para o ser humano enquanto potencialidade de crescimento, as ações do projeto são capazes de ofertar um ambiente de desenvolvimento de autonomia ao usuário, a partir da descoberta dos recursos que este mesmo dispõe. (SILVA e SILVA, 2017, p.6)

Dessa forma percebemos a relevância do projeto para a comunidade acadêmica que o frequenta através da construção de um espaço e de identidade coletiva, isto é, de um grupo que é capaz de produzir saúde e bem-estar para todos baseado na reciprocidade.

“[...] Eu acho que o start é deixar de naturalizar, porque tá crescente, tá sendo maior essas crises, e deixar de naturalizar “ah, é assim mesmo”... O professor acabou com uma aluna: “Ah, mas é assim mesmo”. Não, não é assim. Vamos refletir sobre isso, não tá saudável. Viver sofrendo é normal? Não né?! Ai criar esses espaços de desnaturalização desses sofrimentos, desses problemas de saúde mesmo, que é fundamental. E eu vi na proposta do TERRAPIA, o próprio nome do projeto, de poder ser uma possibilidade nesse sentido...”(Entrevistada NA, entrevista realizada 01 de dezembro de 2017).

Concluimos através das entrevistas preliminares, a importância de se dar continuidade ao Projeto TERRAPIA e, conseqüentemente, a necessidade de se discutir saúde mental dentro da universidade através do registro da experiência com base nos relatos dos participantes.

Referências Bibliográficas

BUSS, Paulo Marchiori. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 163-177, 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100014&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 Dez. 2017.

BORN, Claudia. Gênero, trajetórias de vida e biografia: desafios metodológicos e resultados empíricos. In: **Sociologias**, Porto Alegre, 3(5): 240-265, 2001.

BYDLOWSKI, Cynthia Rachid; WESTPHAL, Márcia Faria; PEREIRA, Isabel Maria Teixeira Bicudo. Promoção da saúde. Porque sim e porque ainda não! . **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 14-24 , apr. 2004. ISSN 1984-0470. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/sausoc/article/view/7104>>. Acesso em: 29 out. 2017.

GUIMARÃES. R.B; PICKENHAYN. J.A; LIMA. S.C. Geografia e Saúde sem fronteiras. Uberlândia (MG). Assis Editora. 2014.

SCHMIDT, Maria Luisa Sandoval. Pesquisa participante: alteridade e comunidades interpretativas. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 11-41, Junho 2006 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642006000200002&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 30 Out. 2017.

SILVA, Ana Lúcia Costa; SILVA, Sabrina Gomes. Terrapia Na Saúde Mental: Projeto De Apoio À Rede De Atenção Psicossocial De Juiz De Fora. In: XX Encontro Regional da ABRAPSO Minas, 2017, São João Del Rei. **Anais eletrônicos...** São João Del Rei: UFSJ, 2017. Disponível em <http://www.encontro2016.minas.abrapso.org.br/resources/anais/18/1485221653_A_RQUIVO_TerrapianasaudementalArigo.pdf> . Acesso em 29 out. 2017.

SILVA, M, L, B, N. (1997). Alimentação Viva na Promoção da Saúde e do Ambiente. Disponível em: <http://www.terapia.com.br/capitulo-1>. Acesso em 20 de nov. 2017.

VAZ, Dirley dos Santos; REMOALDO, Paula Cristina Almeida. A GEOGRAFIA DA SAÚDE BRASILEIRA E PORTUGUESA: ALGUMAS CONSIDERAÇÕES CONCEPTUAIS. **GEOUSP: Espaço e Tempo (Online)**, São Paulo, n. 30, p. 173-192, apr. 2011. ISSN 2179-0892. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/geousp/article/view/74242>>. Acesso em: 29 out. 2017.

VENTURINI, Ernesto; GOULART, Maria Stella Brandão. Universidade, Solidão E Saúde Mental. **Revista Interfaces**, Minas Gerais, v.4, n.2, p. 94-115, dez. 2016. Disponível em <<https://www.ufmg.br/proex/revistainterfaces/index.php/IREXT/article/view/221>>. Acesso em: 29 out. 2017