

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA, SERVIÇO SOCIAL, SAÚDE E COMUNICAÇÃO  
PROGRAMA DE RESIDÊNCIA INTEGRADA MULTIPROFISSIONAL DE  
SAÚDE MENTAL COLETIVA

**PLANTAR E COLHER: O TRABALHO COM UMA HORTA  
NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL**

FERNANDA ZENI DE AVILA

Porto Alegre  
2019

FERNANDA ZENI DE AVILA

PLANTAR E COLHER: O TRABALHO COM UMA HORTA  
NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Trabalho de Conclusão apresentado ao Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde Mental Coletiva da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para a obtenção de grau de Especialista em Saúde Mental Coletiva.

Orientadora: Ma. Daniela Ferrugem

Porto Alegre

2019

FERNANDA ZENI DE AVILA

PLANTAR E COLHER: O TRABALHO COM UMA HORTA  
NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Trabalho de conclusão apresentado ao Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde Mental Coletiva da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção de grau de especialista em Saúde Mental Coletiva.

Aprovado em \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020.

Banca Examinadora:

---

Dra. Rosa Maria Castilhos

## **AGRADECIMENTOS**

Minha eterna Gratidão à Mãe Terra, Pachamama, que nos ensina a trilhar os caminhos do Sonho de Gaia, da União, Realização e felicidade. Grata pela possibilidade de construir outro mundo possível com todas e todos que caminham comigo nesta jornada.

**RESUMO:** Este trabalho pretende ser uma narrativa de um processo de formação em trabalho pelo Sistema Único de Saúde cuja duração é de dois anos (2018-2020). A partir da experiência como Assistente Social na Saúde Mental Coletiva do Programa de Residência Integrada em Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, escolho a experiência com um grupo terapêutico em um serviço especializado em saúde mental adulto, que construiu uma horta, para contar um pouco das vivências e reflexões do período da residência em minha trajetória profissional. Essas páginas narram a possibilidade do cuidado em Saúde Mental em liberdade a partir do acolhimento, união, grupalização e do trabalhar com a Terra, as estações do ano e os elementos da natureza e a partir, é claro, do meu olhar como ser humano para aquilo que os povos indígenas chamam de Bem Viver. Essa narrativa pretende também contar sobre afetos e potências de produção de vida diante da desafiadora conjuntura brasileira atual.

**Palavras-chaves:** Saúde Mental. Cuidado. Bem Viver. Horta. Terra.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO

2. MEXENDO NA TERRA, PLANTANDO MUDINHAS E COLETIVIZANDO A PRODUÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

3. O QUE APRENDEMOS COM A TERRA?

REFERÊNCIAS

ANEXOS

## INTRODUÇÃO

Das experiências tão profundas e transformadoras que o trabalho com saúde proporciona, que a coletividade em movimento produz, escolho o Grupo da Horta desenvolvido em um dos serviços de saúde mental para adultos no qual estive como residente, por acreditar na Vida. As vidas que foram potencializadas pela existência de um dispositivo de cuidado em Saúde Mental como uma Horta. E porque o sentido do trabalho só existe, na verdade, quando é reconhecido pelas pessoas por quem escolhemos trabalhar. É partir do vínculo que é estabelecido entre usuárias/os do serviço e trabalhadores/as que podemos construir esse sentido.

Neste presente, escrever sobre minhas impressões desse Grupo desde seu início até agora, me traz a lembrança - que está dialeticamente em movimento - de que vivemos em uma espiral que vai e vem conforme a dança da vida. Essa dança ora está mais afinada com a vida, ora com a morte. E acredito que nosso trabalho é buscar o equilíbrio entre o que podemos construir com as condições sociais que temos, realidades de vida duras e de sofrimentos, equipes adoecidas e com pessoas desanimadas do trabalho articulado em rede e o resgate da possibilidade de lutar pelo melhor que aquele/a pessoa que vem para o serviço e que está em sofrimento pode dar para si e para o mundo.

Nesses caminhos de descobertas de potencialidades existe uma direção ético-política, teórico-metodológica e técnico-operativa que baliza o meu (e todo) trabalho como Assistente Social e a Saúde Mental neste país. Cabe destacar que, neste momento histórico, existem direções políticas antagônicas para a Saúde Mental no Brasil, mas o Serviço Social está em consonância com uma delas, que é a de que a Saúde Mental é Direito Universal, preconizado pela Reforma Sanitária e Psiquiátrica.

Assim, desafiando essa conjuntura, as mãos sujas de Terra dos/as usuários/as e das/dos residentes e trabalhadoras da equipe formam as mãos sujas de Terra dos integrantes do Grupo da Horta. E há um vínculo e uma grupalização importante na disposição para a União no entrelaçamento dessas mãos. A Terra nutre as plantas e nutre nossa forma de olhar para o mundo, nutrindo assim as possibilidades de lidarmos com os sofrimentos de uma forma mais conectada com nossos verdadeiros Sonhos. Nós, trabalhadoras da saúde e nós usuários e usuárias dos serviços de saúde.

O Grupo da Horta percebe a mudança individual de cada um e "do todo" desse grupo a partir do cuidado na horta, na Terra, de si, na sua vida pessoal e do outro, na coletividade. Essa grupalização gerou afetos entre todos os integrantes, acolhimento e cuidado. Proporcionou movimentos importantes na Unidade de Saúde. Estamos aqui para promover saúde! Trabalhamos com pessoas em adoecimento a fim de transformar a dor e promover saúde!

O que as pessoas que chegam até nós esperam do trabalho que nos propomos a realizar? O que pra elas é cuidado? O que elas compreendem como autocuidado? E como, ao ingressar num grupo que trabalha na Horta, na Terra, eles relacionam autocuidado e cultivo de plantas? Este relato busca contar um pouco da experiência de trabalhar com saúde mental tendo como norte essas e outras questões.

Este trabalho também tem mais perguntas que respostas e têm o meu olhar, totalmente parcial e implicado em cada frase. Assim como o Grupo da Horta, o trabalho como Assistente Social, residente em Saúde Mental Coletiva da Universidade Federal do Rio Grande do Sul está em movimento e pretende ser como o Vento que traz boas novas!

## 2. MEXENDO NA TERRA, PLANTANDO MUDINHAS E COLETIVIZANDO A PRODUÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

A partir do entendimento que Saúde não é somente ausência de doenças mas sim um completo bem estar biopsíquico e social, como nos refere a Organização Mundial da Saúde (1947), esta narrativa traz um pouco das vivências de promoção de vida num serviço de saúde mental de média complexidade para adultos de uma das capitais brasileiras. Ao retomar as lembranças do início do processo de criação do grupo da horta para a escrita desse trabalho, as primeiras coisas que me vem em mente é a potência da aposta no trabalho coletivo na Terra e de que *trabalhamos com a promoção de saúde*.

No início de 2018 uma das trabalhadoras do serviço de saúde mental no qual eu ingressei como única Assistente Social, havia percebido que era uma necessidade dos usuários a existência de um grupo de cuidado em saúde mental que trabalhasse com elementos da terra, pois vários desses usuários já tinham sido agricultores em outro tempos. A proposta tinha sido discutida com residentes do período de 2017, mas foi no ano de 2018 que o projeto começou a tomar forma e o grupo iniciou-se. Nesse período eu ingresso naquele serviço como residente.



O grupo de residentes junto com a equipe da unidade de saúde percebeu que era necessário experimentar a horta como recurso terapêutico, como em outros lugares já se fazia, era preciso acreditar que o projeto daria certo, que os usuários viriam e que o grupo se manteria firme.

Sobre o processo de apostar num recurso que foge à tradição médico centrada do cuidado, temos a histórica inserção das Práticas Integrativas Complementares no SUS, a partir da Conferência de Alma-Ata. Sobre essas práticas compreendemos que:

Tais sistemas e recursos envolvem abordagens que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. Outros pontos compartilhados pelas diversas práticas abrangidas nesse campo são a visão ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado. (TELESI, 2016, p. 101)

Em um primeiro momento o projeto parecia grande demais para os poucos braços de que se dispunha, mas logo os medos foram jogados pela janela da cozinha do serviço. Um dos residentes trouxe várias enxadas, pás e outros instrumentos e “botou-se a rolar” a terra, agora vamos todas! Todos juntos num movimento de força e a terra por debaixo da grama aparecia, junto com as minhocas.

Esse processo levou algumas semanas pois era feito nas quartas-feiras à tarde e havia muita terra para “afofar”. Toda quarta-feira os avanços aos poucos eram percebidos e a cada semana dava mais vontade de continuar acreditando nesse projeto de criarmos vida a partir dos quatro elementos do Planeta Terra e partir deles e do nosso trabalho, produzir saúde. O afeto era fortalecido por essa aposta, pelo “pegar junto” de todos os dias entre residentes, equipe e usuários.

No início de tudo, antes de nos juntarmos com os usuários, tentando da melhor forma possível alcançar a força da Terra para cuidar da saúde, pensamos que um Relógio do Corpo Humano era a melhor coisa a ser feita naquele serviço, o momento inicial do Grupo da Horta. Os canteiros seriam feitos em formato de relógio e cada canteiro conteria os tipos de chás para cada hora do dia, possibilitando um maior conhecimento sobre o funcionamento do corpo e quais chás que poderiam auxiliar no melhor funcionamento de cada órgão. Ao longo

das semanas os/as usuários/as do serviço começaram a participar desse momento inicial de discussão sobre como se daria esse grupo.

Logo de início percebeu-se que não fazia sentido para eles o Relógio, queriam uma horta tradicional com verduras e legumes, com frutos da Terra, os quais poderiam comer, levar para casa, compartilhar. Após algumas discussões iniciais sobre a horta, viu-se a necessidade de uma visita técnica da Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural (EMATER- RS) que contribuiu para uma avaliação sobre quais as possibilidades de os produtos que ali seriam cultivados sofrerem ou não contaminação por urina de gatos entre outras questões, que eram alguns dos medos iniciais sobre ter uma horta no serviço. Esse era um dos entraves do processo de construção de algo novo no serviço, o medo.

*- Pois bem, vamos arar a Terra! Mas que Terra dura!!!! Que dificuldade!!! Tá difícil galera!!! “Tamo se sujando”!!! Ahh, olha aqui QUE MINHOCÃO!!!! Nossa que linda!!!! Gente, tem muitas minhocas!!!!* Essas eram algumas de nossas falas durante o grupo.

Minha experiência empírica de ter uma família de agricultores, tendo a roça como memória de infância, me fez acreditar que sim, eu sabia que lidar com a Terra produzia bem-estar, produzia saúde mental. Não sabia bem como isso se dava, mas sabia que fazia bem. Na minha vida eu sempre quis cultivar plantas, mas o medo de que eu não soubesse como cuidar me impedia de tentar. Iniciar o processo com a horta me fez perceber que todos nós podemos realizar nossos desejos, quando acreditamos e os colocamos em prática, articulando todas as ferramentas necessárias para isso.

Assim também o que há de comum entre todos os usuários e usuárias do serviço que estão no grupo da horta é a proximidade com o mundo da agricultura, do plantio na roça nas suas infâncias e juventudes e o cultivo de plantas em suas casas. E também o acreditar que era possível sermos um Grupo Terapêutico da Horta que produziria beringelas e bem-estar, a partir do plantar e colher.

Nesse instante me recordo da história de cada integrante do grupo e sua relação com a Terra. A importância do resgate desse vínculo. Alguns foram agricultores, outros têm horta em casa, outros utilizam o plantar como forma de se alegrar quando estão tristes, outros simplesmente gostam de estar no grupo e desfrutar das descobertas daquilo que podemos produzir com nossas mãos e com o trabalho coletivo. E tudo bem. Todos estão ali dando sentido para o grupo. E co-criamos o sentido que queremos co-criar a toda semana. Quando

chove sentamos na sala de convivência e falamos sobre a horta, sobre a vida, sobre as dores, sobre alegrias e sobre o que queremos dessa vida. E isso também é o grupo da horta.

Construir um processo coletivo onde todos sejam corresponsáveis pelo espaço e pelo que está sendo produzido é bastante desafiador. Requer que estejamos dispostos a ouvir e acolher as diferentes perspectivas de vida e de produção de conhecimento. Não é só na academia que está o conhecimento possível para mudar a realidade de vida das pessoas. As pessoas todas produzem conhecimento quando se juntam e criam algo novo. Quando estão em um espaço no qual gostam de estar por se sentirem acolhidas e que, portanto, faz sentido na vida delas.

Pensar sobre esse processo também implica entender o que é o território e a territorialidade para os integrantes do grupo. Nesse sentido, Gondim e Monken (2009) enfatizam que toda relação é um ponto de surgimento de poder, mesmo que haja uma horizontalidade (ou tentativa de). No pensar junto, no ouvir e acolher cada um na sua singularidade. Esses mesmos autores trazem a ideia de que a territorialidades é a união em um mesmo espaço de várias relações de poder. Essas afirmações trazem questionamentos importantes sobre como no Grupo da Horta essas relações foram exercitadas/estimuladas entre os integrantes.

Estar cultivando, criando, produzindo, trabalhando a Terra, é estar produzindo o poder de transformar o território. Transformar o ambiente e a si mesmo. A loucura quebra as paredes estéreis dos manicômios para se plantar no território da subjetividade e florescer em Vida. Gondim e Monken (2009) refletem também sobre as intensas mudanças econômicas e políticas que trouxeram impactos negativos na organização dos territórios, nas estruturas produtivas e sociais dos países em desenvolvimento, entre eles o Brasil, trazendo um cenário de profundas desigualdades sociais, com a exclusão de parcela significativa da população ao direito à vida e à cidade.

Nesse sentido, o Grupo da Horta pode ser considerado como um recurso para ressignificar esse processo de exclusão e desigualdade criado pelo Capital, que nega o direito à terra para a maioria da população brasileira e distribui desigualmente para poucos. Acredito que o processo de fazer a Luta Antimanicomial acontecer no cotidiano, também diz respeito a criar espaços de fortalecimento de vínculos e de reflexão crítica sobre esta sociedade pautada pela exclusão e desigualdade. Esse processo se dá na dicotomia desigualdade e resistência, também chamada no Serviço Social por Questão Social.

Nessa resistência encontramos os frutos da Terra, que são frutos que carregam a semente de superação da lógica da miséria e do controle dos corpos, gerando abundância compartilhada do bem-viver. Ah o Bem-Viver! Sabiamente os povos indígenas já nos falam sobre ele há tanto tempo!

De acordo com Acosta (2016), o Bem Viver se afirma na simetria na relação entre indivíduo para com ele mesmo; entre indivíduo e sociedade e; entre indivíduo e planeta com todos seus seres, por mais equivocadamente insignificantes que possam parecer. A partir da harmonia destes três pressupostos é que se consegue estabelecer conexão e interdependência com a natureza da qual somos parte. Neste sentido, os povos indígenas demonstram um profundo respeito nestas relações, rompendo com a lógica capitalista e seu individualismo inerente. (ALCÂNTARA; SAMPAIO, 2017, p.03)

A horta é território de potência de vida! Nesse território é possível construir uma territorialização diferente da qual os sujeitos com sofrimentos psíquicos acabam tendo que enfrentar cotidianamente devido ao preconceito enraizado socialmente. Gondim e Monken (2009) afirmam que é preciso contribuir para a desterritorialização dos atuais saberes hegemônicos e práticas vigentes. Esse processo é também se abrir para o inesperado e aprender a lidar com ele, como as lesmas na horta e atitude criativa de um dos integrantes do Grupo que jogou-as no buraco onde ficam os ratinhos, ao invés de simplesmente esmagá-las até à morte.

Experiência esta que gerou em mim reflexões sobre como podemos dar outros sentidos para as formas como lidamos com as pragas na nossa vida. Todas as formas de vida são importantes e cumprem um papel importante neste planeta. Esse é um dos ensinamentos que as lesmas da horta nos deram nesse período, nos deram a chance de escolher como faríamos para equilibrar os nossos desejos e com nossas necessidades.

*- Os usuários chegaram! Vem, vamos ver como está nossa horta!*

Nós somos como as quatro estações do ano... Sentimento de pertencer.

*- Eu sempre plantei quando morava no interior! Você gostaria de nos ajudar a plantar as mudinhas?*

- E era assim que os integrantes do grupo se acolhiam nos dias de grupo. Lembro que a Horta é vida. Há vida na horta. A paciência do rolar a terra. A terra fecunda.

*- Nasceu olha ali!!!! Que lindo!!! Já tem beringela!!! O semear e “não dar certo”... Não nasceu, disse alguém. Que pena! Vamos pro próximo plantio!*

Ver a foto de um dos integrantes do grupo me faz pensar quem é esse integrante e qual sua história. Esse integrante vem de uma família de agricultores, foi por muito tempo agricultor e veio morar na cidade grande. Em algum momento teve um Acidente Vascular Cerebral e estava com dificuldades para andar, mas eventualmente levantava da cadeira onde sentava perto da Horta e vinha nos ajudar a colocar as mudinhas na terra, ele expressava seu amor e gratidão por sua história com a Terra. Esse integrante passou bons momentos conosco e partiu! No ano de 2019 pegou carona no barco que o levou para o outro lado do rio, deixando a família e o Grupo da Horta com as boas lembranças e muitas fotos das manhãs e tardes de trabalho na terra. Gratidão pela sua existência entre nós!

Outra pessoa que eu acompanhei desde as primeiras mudas plantadas foi uma das integrantes, que era uma mulher alegre, bem humorada, que gostava de dar presentes. Comecei a fazer atendimentos individuais com esta mulher pois ela necessitou de uma escuta individual para deixar vir à tona o que precisava fluir sobre os sofrimentos que havia passado.

Esta mulher era de meia idade, era mãe e negra, que trabalhou em “casa de família” por muitos anos. Vivia com seu companheiro na casa dele, pois a casa dela que ficava no território de abrangência do serviço, estava sob os cuidados do seu irmão que era alcoolista e morava nos fundos.

Essa mulher dizia que queria voltar a morar na sua casa mas não podia conviver com um irmão que só causava sofrimento e não queria fazer tratamento. Ela chorava ao falar dos filhos. Um deles ela diz não saber onde está. Fazia uso abusivo de crack, chegando a roubar as coisas de sua casa. Um dia essa mulher me contou que seu filho foi embora e ela não sabe se ele está vivo. Já fazia muito tempo. Conta que o outro filho não deixa que seus netos a visitem.

Esta mulher ia para a cozinha nas terças no grupo e cozinhava, assim como quando a gente fazia almoço coletivo da horta, ela também cozinhava. E cozinhava bem, gostava disso. Esta mulher manifestava todo seu amor pela Horta sempre que podia, lembrando que estava presente naquele grupo desde o começo. A história desta integrante traz dores e amores, sofrimentos, violências e também resistência, coragem e amor. Essa história a trouxe ao Grupo da Horta e constitui-se como parte da História desse Grupo como lugar de acolhimento.

A história do início do Grupo me faz pensar sobre as quatro estações do ano e a saúde mental. Iniciamos o Grupo no Outono, passamos a plantar no Inverno e nossa primeira colheita foi na Primavera. Colhemos camomilas! Chá de camomila para acolher e acalmar. Depois da lida na Terra o chazinho sempre acontecia, junto com um café que dava aquela energizada pra pensarmos em como estava nosso processo até ali.

A Primavera nos mostrou a beleza das primeiras flores e a alegria de ver que o que é cuidado se transforma em algo lindo. Esse cuidado nos trouxe frutos. A primavera nos mostra que os frutos são absorvidos por nós e pelos outros bichinhos que habitam a horta quando chega o tempo. A primavera fala da continuidade do cuidado nos momentos onde temos flores para que de fato possamos colher frutos na horta e em nós.

A Horta nos ensina sobre a possibilidade de nos fortalecer, compreendendo os ciclos da Terra em nós. As crises e os sofrimentos, a vida cotidiana inserida numa sociedade racista, machista, excludente e manicomial, essas crises cíclicas e a capacidade de gerar vida. A horta nos ensina que o fruto é a crise da planta que gera flor e esta por sua vez se transforma em algo com propósito de dar continuidade à vida.

Mas não há crise sem dor, pois nesse processo de se transformar borboleta saindo do casulo é preciso se entregar pras dores e para os sabores doces e amargos que essa experiência contém. A crise gera tensão pelo medo de sair do lugar de sofrimento no qual essa sociedade nos impõe cotidianamente. Impõe aos integrantes do Grupo da Horta o desafio de ser borboleta mesmo quando o sistema quer pulverizar agrotóxico em tudo, matando as diversidades.

O que é crise? O que entende-se por crise? Compreendo crise na Saúde Mental como um processo multideterminado por fatores biopsíquicos e sociais, no qual há uma série de ações e emoções que vão moldando uma forma de ser e estar no mundo. Por isso mesmo, seria possível dizer que estamos em constante crise? Para algumas pessoas, as pessoas com as quais me disponho a trocar, algumas das consequências dessas crises são o adoecimento psíquico e é desse lugar que a Horta busca resgatar a potência da Terra que acolhe, que faz brotar novas experiências e que cura.

Os momentos em que estamos em crise, como lidamos com isso? Como o grupo da horta e o serviço como um todo lida com a crise? A existência do grupo na lida com a Terra possibilitou que os seus integrantes conseguissem dar um novo sentido para o processo das suas crises? O verão, sua potência de vida e o cuidado redobrado com a horta devido a falta

de chuvas. Como cuidar da horta no verão? Como fortalecer nossa horta e nossa saúde no verão? Essas são questões que surgem ao longo da jornada e me percebo observando como cada um dos integrantes do grupo absorve os ensinamentos da Terra. E como eu faço essa absorção para trabalhar na Saúde Mental como Assistente Social.

As estações e seus ciclos vem nos trazer a possibilidade de olhar para como a natureza se autorregula. Aquilo que precisa “ir, vai”, continua-se o cuidado e novas plantações são realizadas. A conjuntura da cidade, do estado, do país e da vida pessoal e individual de cada um/uma é desafiadora, mas estamos plantando o que buscamos colher nesse momento.

E o que buscamos colher dessa Horta?

Chegou o inverno! É o momento de recolher-se, as chuvas começam a surgir junto com o frio, essa estação nos impede de estar toda semana com as mãos na terra. Como ficamos com isso? Quais estratégias criamos para que o grupo continue firme? O que aprendemos com os invernos da nossa vida?

Um dia eu me peguei pensando sobre os elementos da natureza e a saúde mental. Principalmente sobre o fogo. Sendo ele a maior descoberta da humanidade, esteve presente em todas as formas de cuidado entre seres humanos durante toda a evolução da História.

A humanidade sempre desenvolveu formas de cuidado entre si, entre pares, em comunidade, ao redor do fogo, ao redor daquilo que é a maior descoberta na história da nossa evolução e essa descoberta também produziu possibilidades de cuidado. Os povos indígenas, mais uma vez, nos mostram com sua forma de ver e viver na Terra, que todos os elementos são sagrados.

O que o fogo tem a ver com plantação? O que o fogo tem a ver com a Horta? o que o fogo, a História da Humanidade e a Horta tem a ver com Cuidado? O que tudo isso tem a ver com o trabalho do Serviço Social? O que o trabalho do Serviço Social tem a ver com a Saúde Mental?

Utilizar ferramentas simples que os próprios seres humanos desenvolveram a partir de uma necessidade histórica, de uma necessidade concreta, é produzir formas de cuidado que se manifestam na produção de alimento para o corpo e para a alma. Isso é uma forma de produzir cuidado entre pares e entre iguais. O Grupo da Horta é a própria tentativa de produção de horizontalidade nas relações, de resgate da relação sagrada com a Mãe Terra e todos os seus seres.

Partindo de uma necessidade objetiva que é o cuidado com o corpo, a reprodução da existência, do cozinhar um alimento com o fogo, por exemplo, podemos olhar para o cuidado a partir do sentar em roda, ao redor de uma fogueira. Discutir as questões da aldeia ao redor de uma fogueira, para os indígenas, ou compartilhar os alimentos que por meio dela foram cozidos. Sentir o cheiro da fumaça das madeiras, das folhas sagradas, que produzem uma sensação benéfica ao corpo, tudo isso é também lembrar do pertencimento de comunidade.

E o Grupo da Horta, como um dispositivo de cuidado, produz pertencimento. Olhamos também para a paciência de plantar, esperar crescer e cultivar para que cresça. Cresça em nós a capacidade de superar os desafios dessa vida, nessa sociedade, na luta pela construção de outro mundo possível.

À luz da ancestralidade, do bem viver para os povos indígenas, pode-se compreender a relação dos integrantes do Grupo da Horta com a Terra e a produção da vida. Muitos deles tinham parentes que eram agricultores ou que viviam do cultivo da terra ou de alguma maneira se relacionam cotidianamente com ela. Assim, trazendo a concepção do bem viver, compreendo que, nas palavras de Mamani, este:

(...) implica a reconstituição da identidade cultural de herança milenária, a recuperação de conhecimentos e saberes antigos; uma política de soberania e dignidade nacional; a abertura de novas formas de relação de vida (não individualista senão comunitária), a recuperação do direito de relação com a Mãe Terra e a substituição da acumulação ilimitada individual de capital pela recuperação integral do equilíbrio e a harmonia com a natureza (MAMANI, 2010, p. 13).

A relação com a Terra para este grupo existe como uma memória, como um resgate de quem eu sou, do eu, da individualidade de cada um, daquele lugar, daquele pertencer. Eles vão chegando e já vão logo pegando as enxadas e indo pôr o pé na Terra, mesmo a gente acordando que, num primeiro momento, vamos conversar um pouco sobre como cada um deles está. E eles dizem: “não queremos conversa, queremos ir pra Terra!”. E assim é! Depois de capinar, limpar, plantar, rir, decidir o que fazemos com as lesmas, conversar sobre como estamos nos sentindo, pensamos sobre o que aprendemos com a Terra?!

Os sistemas comunitários são um caminho em direção ao futuro, não apenas para a população indígena, mas podem também funcionar como um modelo para uma organização global, na qual muitos mundos irão coexistir, sem serem dominados em nome de uma simplicidade e de uma reprodução de oposições binárias (MIGNOLO, 2008, pp.



Essas são algumas das reflexões que faço a partir da experiência de trabalho com o Grupo da Horta e a relação com a Mãe Terra, Pachamama. E assim, chego ao final dessa narrativa, com a pergunta que norteia o fechar de um ciclo e início de outro.

### 3 O QUE APRENDEMOS COM A TERRA?

Na primavera de 2019, alguns meses depois de ter me despedido do grupo em 2018, os caminhos me trouxeram novamente para o Grupo da Horta! Retornei. Quem está vindo no grupo e quem não está mais? Os canteiros estão precisando serem reorganizados! Percebi que era necessário fazer uma forcinha, pegar a enxada e fazer junto.

É preciso fazer junto, o encontro, as trocas, são diferentes modos de operar o cuidado, uma deles é o fazer junto. Cada um do seu jeito, mas todos colaborando, as decisões precisam ser coletivas para terem continuidade. A composteira surgiu como? Querem que ela seja alimentada? Como faremos isso?

Nesse trabalho percebi que é preciso a mediação para que todos tenham possibilidade de falar ou de contribuir da melhor maneira que conseguirem no Grupo. O que você acha? Qual sua ideia sobre isso? Dá sua opinião também! E que o Axé da fala e o Axé da escuta seja de respeito e amor.

Estar a céu aberto, em contato direto com a Terra, olhando e observando as plantas, ouvindo os barulhos que vem da rua, mas também os sons que são cantos de passarinhos, conversando sobre modos de cuidar das plantas. Isso para mim também é produzir vida, um cuidado em liberdade. Isso tem um efeito poderoso, que é sentido, assim como as estações do ano, ao longo do tempo. O tempo, ah esse velho amigo da Terra!

Passaram-se mais de seis meses em que estive nesse grupo com essas pessoas e suas histórias. De lá pra cá, uma delas deixou essa Terra para encontrar-se com seus ancestrais em outro plano e, entre vários ciclos finalizados e outros iniciando, uma dessas pessoas que conosco está a conviver agora, passou a rir. Hoje, na primavera de 2019 eu vi ela rindo de algo engraçado que outra pessoa falou, vi ela se comunicando de uma forma melhor do que no ano de 2018. Hoje eu fiquei muito feliz por ter voltado. Hoje eu senti que ficaram felizes com o meu retorno. E hoje eu contei sobre como esse grupo e essa experiência tinham

mobilizado em mim o desejo de escrever sobre outros modos de cuidado em saúde mental, sobre essa experiência com a Horta, neste momento conjunturalmente desafiador. Uma delas ficou empolgada dizendo que iríamos todos tirar dez no trabalho!

E ao trabalho fomos! Olhamos pro lado e observamos que o pé de beringela que tanto nos deu frutos agora, no Verão de 2019 está secando com o calor. Nos perguntamos o que faremos? Um dos integrantes do Grupo diz que é preciso cortar os galhos secos que já não colaboram mais, pois eles estão sugando a energia da planta.

Pergunto como cada um faz para cuidar de si, da sua saúde nos momentos de crise, quando sentem-se como o pé de beringela, quais os recursos, estratégias, que utilizam para cortar as energias negativas que estão produzindo o sofrimento?

As respostas foram unânimes: buscamos ajuda! E no que vocês buscam ajuda? O que vocês veem como ajuda para as questões de vocês? A maioria responde que a fé a maior força capaz de ajudar.. A espiritualidade é importante para eles. Que bonito! Essa conexão com o Todo do Universo e o respeito pela fé que cada um carrega no seu coração. E o respeito por quem não acredita na fé. E tudo bem, o respeito deve permear todas as relações.

É sobre o respeito à liberdade como um valor ético central, o exercício profissional sem discriminação de ordem nenhuma e a opção por um projeto de construção de uma nova sociedade que falam alguns dos princípios do Código de Ética do Serviço Social (2012). É no aprender cotidianamente com as trocas e com as formas de manifestar a vida mesmo com todos os desafios da Questão Social, que o Projeto Ético-Político dessa minha profissão se materializa para mim.

É também possibilitando uma escuta acolhedora com as demandas e formas de lidar com os sofrimentos, dando resolutividade quando necessário ou garantindo o direito a ser ouvido, a ter um espaço de fala, que o trabalho como Assistente Social na saúde mental foi se constituindo na minha trajetória.

Em uma dessas conversas após o trabalho na Terra, um dos integrantes menciona conhecer quem busque ajuda com os sofrimentos no uso abusivo de álcool. Nesse momento outra integrante do Grupo se manifesta relatando que também já buscou ajuda no álcool, a ponto de sentir-se alcoolista por um tempo, até que um dia foi até a sua Unidade Básica de Saúde de referência alcoolizada e uma das Assistentes Sociais acolheu-a e a encaminhou para o serviço na qual está hoje, atualmente participando ativamente do Grupo da Horta. Desde então essa mulher relata ter visto uma grande transformação em sua vida! Observo a

transformação dessa mulher, contribuimos com nosso trabalho e com muito amor nesse processo, mas é ela e, somente ela, quem se permitiu acessar isso.

Assim, o Grupo da Horta fala do lugar de potencializar os elementos da Terra que existem em nós, de conectar com o senso de coletividade, de comunidade, de resgatar as relações amorosas e saudáveis, sem competição ou julgamentos. É do lugar de entre nós lembrarmos da consulta que eventualmente alguém tem logo em seguida ao horário do Grupo ou se o uso das medicações está regular, para quem tem essa indicação.

A Horta precisa ser regada todos os dias, temos feito isso, mas hoje o canal que leva a Água até a Terra está bloqueado por algo que ninguém do serviço conseguiu identificar. Muitos já tentaram consertar, desvendar o mistério, técnicos já foram acionados. A água sai num filete. Ela está ali, a Terra está ali, sedenta. Como faremos para levar a água a quem tem sede?

É do lugar de cuidar uns dos outros, de compartilhar a sua experiência para lidar com aquela dor que o outro está manifestando. É do lugar da auto e da co-gestão dos processos, do Grupo e do próprio serviço de saúde de onde este Grupo da Horta se encontra, que eu manifesto que fazemos acontecer a todo instante a Reforma Psiquiátrica e a construção da Luta Antimanicomial que, assim como o Grupo da Horta, está em constante metamorfose. Todos os finais são novos inícios na espiral da Vida. Que sigamos apostando na construção do autocuidado e do cuidado com nossa Mãe Terra.

*“Existe um adinkra chamado ‘Odo Nyera Fie Kwan’, traduzindo-o literalmente ele quer dizer: o amor sempre sabe o caminho de casa. Ele fala sobre como aquilo que faz parte dos nossos caminhos seguem seus próprios fluidos, em prol da realização.”*  
(Maria Chantal - sobre propósito)

## REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Liliane Cristine Schlemer; SAMPAIO, Carlos Alberto Cioce. **Bem-Viver: (de)colonização como processo de resistência da comunidades indígenas**. XVII Encontro Nacional da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Planejamento Urbano e Regional, de 22 a 26 de maio de 2017, São Paulo- SP.

CONSELHO FEDERAL DE SERVIÇO SOCIAL. **Código de ética do serviço social. Lei 8.662/93 de regulamentação da profissão.** 10. ed., Brasília, 2012.

GONDIM, Grácia Maria de Miranda; MONKEN, Maurício. Territorialização em Saúde. **Dicionário de Educação Profissional em Saúde:** Fundação Oswaldo Cruz, Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio, Mangueiras, Rio de Janeiro - RJ, p.1-10, 2009.

MAMANI, F. H. *Buen Vivir/Vivir Bien. Filosofía, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas.* Coordinadora Andina de Organizaciones Indígenas – CAOI. Lima, Peru: 2010.

MIGNOLO, W.. 2008. Desobediência epistêmica: a opção descolonial e o significado de identidade em política. *Cadernos de Letras da UFF – Dossiê: Literatura, língua e identidade*, n. 34: 2008, pp. 287-324.

Organização Mundial da Saúde. Constituição da Organização Mundial da Saúde. Documentos básicos, suplemento da 45ª edição, outubro de 2006. Disponível em espanhol em: [http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_sp.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf).

TELESI JÚNIOR, Emílio. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, uma nova eficácia para o SUS. **Estudos Avançados**, São Paulo, p.99-112, 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ea/v30n86/0103-4014-ea-30-86-00099.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2019.

## ANEXOS

Fotos do Grupo da Horta

































