



**INTERNATIONAL
INTEGRALIZE
SCIENTIFIC**

Abril 2026

v. 6 n. 58

INTERNATIONAL INTEGRALIZE SCIENTIFIC ISSN/2675-520





INTERNATIONAL
INTEGRALIZE
SCIENTIFIC

Abril 2026

v. 6 n. 58

INTERNATIONAL INTEGRALIZE SCIENTIFIC ISSN/2675-520



APRESENTAÇÃO

A International Integralize Scientific configura-se como um periódico científico mensal dedicado à difusão rigorosa e qualificada do conhecimento acadêmico. Com publicações predominantemente em língua portuguesa e contribuições consistentes em inglês e espanhol, a revista consolida-se como um espaço editorial multicultural, orientado ao diálogo científico internacional e ao fortalecimento da produção intelectual brasileira no cenário global.

Alinhada a elevados critérios de avaliação acadêmica, a revista privilegia a publicação de artigos inéditos de discentes e docentes provenientes de distintas áreas do saber, reconhecendo a ciência como campo plural e interdisciplinar. Cada manuscrito submetido passa por criteriosa análise técnico-científica em regime de avaliação por pares, assegurando integridade metodológica, consistência teórica e relevância social dos resultados apresentados. Dessa forma, a International Integralize Scientific reafirma seu compromisso institucional com a circulação responsável do conhecimento e com o fortalecimento da cultura de pesquisa.

Sua missão institucional consiste em promover a publicação e a disseminação de pesquisas inovadoras que contribuam efetivamente para o avanço científico e tecnológico, estimulando a reflexão crítica e o desenvolvimento de novas abordagens investigativas. A revista persegue a visão de consolidar-se como referência de credibilidade e excelência acadêmica no contexto internacional, valorizando a produção científica que se ancora em evidências sólidas, metodologias reconhecidas e padrões éticos elevados.

A governança editorial do periódico opera em plataforma Open Journal Systems (OJS), garantindo transparência processual, rastreabilidade, interoperabilidade com bases internacionais e aderência às melhores práticas em editoração científica. A revista possui registro ISSN nas versões impressa e digital e atribui Digital Object Identifier (DOI) a todas as publicações, mediante associação ativa à Crossref, assegurando autenticidade, persistência e ampla citabilidade internacional. Sua atuação editorial mantém alinhamento às boas práticas recomendadas por organizações científicas de referência e aos princípios éticos, técnicos e normativos que orientam a gestão de periódicos acadêmicos qualificados, incluindo diretrizes consolidadas no âmbito da normalização internacional.



Os valores que regem sua atuação editorial fundamentam-se no rigor científico, na ética acadêmica e na promoção de um ecossistema plural de saberes. A diversidade disciplinar, a integridade intelectual, a inovação, o impacto social da ciência e a construção de redes colaborativas entre pesquisadores de diferentes nacionalidades constituem pilares estruturantes do periódico. Ao incentivar a interlocução entre centros de pesquisa, universidades e comunidades científicas, a International Integralize Scientific contribui para o desenvolvimento de uma ciência aberta ao diálogo, orientada à melhoria contínua e sensível às demandas contemporâneas.

Sua periodicidade regular, o compromisso com padrões editoriais elevados e a interlocução permanente com autores e avaliadores qualificados reforçam a credibilidade da revista como veículo legítimo de disseminação científica. Trata-se, assim, de um espaço editorial que acolhe a investigação acadêmica com seriedade, estimulando trajetórias de produção intelectual consistente, ética e socialmente relevante.

Ao posicionar-se como ponte entre diferentes culturas, idiomas e tradições científicas, a International Integralize Scientific reafirma o papel estratégico dos periódicos acadêmicos no fortalecimento da ciência global e na promoção de um conhecimento capaz de transformar realidades, ampliar horizontes e projetar pesquisadores brasileiros e internacionais em um ambiente científico de excelência.



Expediente Editorial

A Revista International Integralize Scientific é um periódico científico mensal dedicado à promoção e disseminação de conhecimento acadêmico de alta qualidade, orientado por rigor metodológico e compromisso ético. Seu propósito central consiste em oferecer um espaço de visibilidade qualificada para pesquisas inéditas, contribuindo para o fortalecimento do debate científico e para o desenvolvimento contínuo das diversas áreas do saber. Ao assegurar processos criteriosos de avaliação e seleção editorial, o periódico reafirma sua vocação institucional de fomentar o pensamento crítico, incentivar o intercâmbio intelectual e apoiar a formação de novas gerações de pesquisadores.

Diretor Geral

Dr. Luan Trindade

Responsável pela direção estratégica do periódico, conduz a governança institucional da revista, assegurando o alinhamento entre política editorial, expansão científica e fortalecimento das relações acadêmicas nacionais e internacionais.

Diretora Administrativa

Profa. PhD Vanessa Sales

Docente e pesquisadora, com trajetória consolidada na área acadêmica, coordena os processos organizacionais e de gestão editorial, contribuindo diretamente para a qualidade científica, ética e institucional das publicações.

Editor de Design Gráfico e Diagramação

Balbino Júnior

Profissional responsável pela curadoria visual, normatização gráfica e composição editorial, assegurando harmonia estética, legibilidade acadêmica e conformidade técnica das edições.

Características do Periódico

Periodicidade:

Mensal

Idiomas de Publicação:

Português, Inglês e Espanhol

Plataforma Editorial:

Open Journal Systems (OJS)

Registro Internacional:

SSN 3085-654X

Identificação Digital:

DOI registrado e associado à Crossref

Contato Editorial

Para esclarecimentos, submissões, parcerias institucionais ou orientações relacionadas ao processo editorial, a equipe técnica encontra-se à disposição através do e-mail:

publicacao@iiscientific.com

Endereço Institucional

Florianópolis – Santa Catarina – Brasil
Rodovia SC-401, Bairro Saco Grande
CEP 88032-005

A International Integralize Scientific mantém atuação editorial orientada pelas boas práticas científicas internacionais, alinhada aos princípios de integridade acadêmica, transparência editorial e responsabilidade social do conhecimento. Seu corpo diretivo e técnico atua de maneira integrada para assegurar excelência, continuidade e relevância científica em cada edição publicada.



Corpo Editorial e Conselho de Revisores por Pares

A revista adota um rigoroso processo de avaliação científica por pares (peer review), conduzido preferencialmente no modelo doubleblind, garantindo anonimato entre autores e revisores durante o processo avaliativo, imparcialidade na emissão dos pareceres e excelência acadêmica na seleção dos manuscritos publicados.

A divulgação institucional do corpo editorial e dos revisores por pares não estabelece qualquer vinculação entre avaliadores e artigos específicos, preservando integralmente a confidencialidade e a integridade ética do processo de revisão.

Editora-Chefe

Profa. PhD Vanessa Sales

Equipe Editorial

Prof. PhD Hélio Sales Rios
Prof. Dr. Rafael Ferreira da Silva
Prof. Dr. Francisco Rogério Gomes da Silva
Prof. PhD Manoel Coracy Dias Saboia
Prof. Dr. Daniel LaiberBonadiman

Declaração de Transparência Editorial

O periódico mantém registro formal de todas as etapas do processo de avaliação científica, assegurando confidencialidade, ética, independência acadêmica e conformidade com o modelo doubleblindpeer review, no qual autores e revisores permanecem mutuamente anônimos durante o processo avaliativo.

Conselho de Revisores por Pares (Peer Review Board)

O Conselho de Revisores por Pares é composto por pesquisadores com sólida formação acadêmica e reconhecida atuação científica. Os pareceres técnicos emitidos avaliam critérios de relevância científica, originalidade, consistência metodológica, contribuição teórica e adequação ética, fortalecendo o rigor e a credibilidade do periódico.

Pareceristas

Ciências da Educação

Dr. Carlos Mendonça
Dr. Marcelo Pertussatti
Dr. Ederson Renan Pacheco de Farias

Ciência da Saúde

Dr. Daniel Laiber
Dra. Luisa Bonadiman

Ciências Jurídicas

Dr. Avelino Thiago
Dr. James Melo de Sousa
Dr. Manoel Coracy

Educação Inclusiva

Dra. Fábila Roseana Souza Oliveira da Silva
Dra. Karla Roberta Melo de Vasconcellos

Tecnologia

Dr. Flávio Lopes
Dr. Geraldo Lúcio

Editor Gerente

Rayane Priscila Santos de Souza

Editores de Seção

Karolayne Luana de Oliveira Silva
Eloisa Bárbara Rodrigues Lima

Equipe de Produção Editorial

Reviane Francy Silva da Silveira
Priscila de Fátima Lima Schio
Lucas Teotônio Vieira

Editor Técnico

Balbino Júnior

Administrador do Sistema OJS

Vitor Santos

HORTAS COMO TERAPIA OCUPACIONAL: ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA

GARDENS AS OCCUPATIONAL THERAPY: STRATEGY FOR FOOD AND NUTRITION EDUCATION IN THE TREATMENT OF CHEMICAL DEPENDENCY

HUERTOS COMO TERAPIA OCUPACIONAL: ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL TRATAMIENTO DE LA DEPENDENCIA QUÍMICA

RESUMO

A dependência química representa um relevante problema de saúde pública, marcado por vulnerabilidades nutricionais, alterações metabólicas e padrões alimentares desorganizados. Nesse cenário, as hortas terapêuticas configuram-se como estratégia capaz de integrar educação alimentar, promoção da saúde e reabilitação psicossocial. Este artigo, fundamentado em revisão bibliográfica qualitativa e exploratória, analisa as contribuições da Nutrição no uso de hortas terapêuticas em instituições para dependentes químicos. As evidências apontam que o envolvimento no cultivo favorece aprendizagem ativa sobre alimentos in natura, autonomia alimentar, reaproximação com padrões saudáveis e redução do consumo de ultraprocessados. Além disso, o acompanhamento nutricional contribui para corrigir deficiências, melhorar a ingestão alimentar, fortalecer vínculos sociais e apoiar a construção de rotinas estruturadas. Apesar dos benefícios, limitações relacionadas à infraestrutura, recursos materiais e articulação multiprofissional restringem a expansão dessas iniciativas, exigindo políticas públicas consistentes. Conclui-se que as hortas terapêuticas, quando articuladas à Nutrição, constituem intervenção eficaz, educativa e humanizada no processo de reabilitação de pessoas em tratamento da dependência química.

Palavras-Chave: Hortas terapêuticas; educação alimentar e nutricional; dependência química; nutrição em saúde.

ABSTRACT

Chemical dependence is a significant public health issue, characterized by nutritional vulnerabilities, metabolic alterations, and disorganized eating patterns. In this context, therapeutic gardens emerge as a strategy capable of integrating food and nutrition education, health promotion, and psychosocial rehabilitation. This article, based on a qualitative and exploratory literature review, analyzes the contributions of Nutrition to the use of therapeutic gardens in institutions for individuals undergoing treatment for substance dependence. Evidence indicates that participation in cultivation activities promotes active learning about fresh foods, enhances food autonomy, encourages a return to healthy dietary patterns, and reduces the consumption of ultra-processed products. Additionally, nutritional monitoring helps to correct deficiencies, improve dietary intake, strengthen social bonds, and support the development of structured routines. Despite these benefits, limitations related to infrastructure, material resources, and multiprofessional coordination restrict the expansion of such initiatives and highlight the need for consistent public policies. It is concluded that therapeutic gardens, when integrated with Nutrition, represent an effective, educational, and humanized intervention in the rehabilitation process of individuals undergoing treatment for substance dependence.

Keywords: Therapeutic gardens; food and nutrition education; substance dependence; nutrition in health.

RESUMEN

La dependencia química constituye un importante problema de salud pública, caracterizado por vulnerabilidades nutricionales, alteraciones metabólicas y patrones alimentarios desorganizados. En este contexto, las huertas terapéuticas se configuran como una estrategia capaz de integrar educación alimentaria y nutricional, promoción de la salud y rehabilitación psicossocial. Este artículo, basado en una revisión bibliográfica cualitativa y exploratoria, analiza las contribuciones de la Nutrición al uso de huertas terapéuticas en instituciones destinadas al tratamiento de personas con dependencia química.

La evidencia muestra que la participación en actividades de cultivo favorece el aprendizaje activo sobre alimentos frescos, fortalece la autonomía alimentaria, promueve la reconexión con patrones alimentarios saludables y reduce el consumo de productos ultraprocesados. Además, el acompañamiento nutricional contribuye a corregir deficiencias, mejorar la ingesta alimentaria, fortalecer los vínculos sociales y apoyar la estructuración de rutinas diarias. A pesar de los beneficios, limitaciones relacionadas con infraestructura, recursos materiales y articulación multiprofesional restringen la expansión de estas iniciativas, lo que refuerza la necesidad de políticas públicas consistentes. Se concluye que las huertas terapéuticas, cuando se integran con la Nutrición, representan una intervención eficaz, educativa y humanizada en el proceso de rehabilitación de personas en tratamiento por dependencia química.

Palabras clave: Huertas terapéuticas; educación alimentaria y nutricional; dependencia química; nutrición en salud.

1 INTRODUÇÃO

A dependência de substâncias psicoativas permanece como um dos principais desafios contemporâneos de saúde pública. Um relatório recente do Escritório das Nações Unidas sobre Drogas e Crime aponta que, em 2022, aproximadamente 292 milhões de indivíduos consumiram algum tipo de droga, e cerca de 64 milhões apresentaram transtornos relacionados ao uso, demandando intervenções clínicas e psicossociais contínuas (UNODC, 2024). Esse cenário evidencia a complexidade do fenômeno, que envolve determinantes biológicos, sociais, econômicos e comportamentais, exigindo estratégias terapêuticas ampliadas e interdisciplinares.

No campo da Nutrição, observa-se crescente reconhecimento de que pessoas em tratamento da dependência química apresentam vulnerabilidades específicas. A literatura descreve que padrões alimentares desorganizados, episódios de compulsão alimentar, longos períodos de jejum, ingestão reduzida de frutas e hortaliças e elevado consumo de açúcares simples constituem achados recorrentes nessa população (Mahboub *et al.*, 2021). Diversos autores também identificam carências de micronutrientes como vitaminas do complexo B, vitamina D, zinco e ferro, com repercussões sobre imunidade, metabolismo energético e funções neurocognitivas (García-Estrada *et al.*, 2025). Além desses aspectos, estados de desnutrição e alterações antropométricas têm sido relatados em estudos brasileiros e internacionais, reforçando a necessidade de uma abordagem nutricional sistemática e contínua (Ferreira *et al.*, 2015; Oliveira *et al.*, 2023).

Os estudiosos Jeynes e Gibson (2017) e Mahboub *et al.* (2021) discorrem sobre o tema ao afirmarem que apesar de sua relevância clínica, a inserção efetiva do nutricionista nos dispositivos de atenção a pessoas com transtornos por uso de

substâncias ainda é limitada. Revisões internacionais demonstram que a alimentação adequada pode colaborar para estabilização do peso corporal, modulação de sintomas afetivos, melhora da resposta terapêutica e, inclusive, para a redução da fissura e de recaídas. No entanto, observa-se escassez de programas estruturados de educação alimentar e nutricional em comunidades terapêuticas, serviços residenciais e unidades de acolhimento.

Paralelamente, iniciativas baseadas em hortas terapêuticas têm se expandido como estratégias de promoção da saúde e reabilitação psicossocial em diferentes contextos. A horticultura terapêutica consiste no uso planejado de atividades de cultivo com finalidades terapêuticas, educativas e ocupacionais, estimulando habilidades cognitivas, motoras, emocionais e sociais. No Brasil, experiências relatadas em Centros de Atenção Psicossocial mostram que a implantação de espaços produtivos favorece a autonomia, fortalece vínculos comunitários, incentiva práticas alimentares mais saudáveis e amplia a participação social de pessoas em sofrimento psíquico e em situação de dependência química (Silva; Magalhães; Bucher-Maluschke, 2022).

Do ponto de vista da Nutrição, as hortas representam um recurso singular. Ao aproximar o indivíduo do processo de plantio, manejo e consumo de alimentos in natura, abrem-se possibilidades concretas para ações de educação alimentar que dialogam diretamente com princípios da Política Nacional de Alimentação e Nutrição e do Guia Alimentar para a População Brasileira, que priorizam práticas culinárias, sustentabilidade e o consumo preferencial de alimentos in natura ou minimamente processados (Brasil, 2014). Assim, a experiência prática no cultivo pode contribuir para a reestruturação de hábitos alimentares, ampliação da ingestão de hortaliças, valorização da comida de verdade e fortalecimento da segurança alimentar e nutricional.

Além disso, os autores Silva, Magalhães e Bucher-Maluschke (2022), apontam que o envolvimento em atividades de horticultura pode favorecer aspectos psicossociais relevantes para o tratamento da dependência química, como senso de responsabilidade, organização da rotina, autocontrole, cooperação e pertencimento ao grupo. Pesquisas qualitativas têm mostrado que hortas implantadas em instituições para dependentes químicos geram melhorias percebidas na autoestima, na convivência social e nas perspectivas de reinserção comunitária.

Apesar desses avanços, ainda se observa lacuna na literatura quanto à sistematização do papel do nutricionista em iniciativas de hortas terapêuticas voltadas

ao tratamento da dependência química. Poucos estudos descrevem, de forma articulada, como esse profissional pode atuar desde o planejamento das espécies cultivadas até a condução de oficinas culinárias, o acompanhamento antropométrico e o desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional contextualizadas.

Considerando as evidências que apontam a vulnerabilidade nutricional de pessoas em tratamento da dependência química e o potencial das hortas terapêuticas como estratégia de promoção da alimentação adequada, o presente artigo tem como objetivo geral analisar a utilização de hortas terapêuticas em instituições para dependentes químicos, com foco nas contribuições da Nutrição para a reabilitação integral, o fortalecimento da segurança alimentar e nutricional e a adoção de práticas alimentares saudáveis.

Como objetivos específicos, propõe-se: (1) identificar, na literatura científica, os benefícios nutricionais, dietéticos e psicossociais decorrentes da inserção de hortas terapêuticas no cuidado à dependência química; (2) discutir o papel do nutricionista no planejamento, condução e acompanhamento de ações educativas, dietéticas e culinárias vinculadas às hortas terapêuticas; e (3) analisar os desafios, limitações e condições estruturais necessárias para a implementação, manutenção e sustentabilidade dessas iniciativas em instituições voltadas ao tratamento da dependência química.

Visa-se apontar as hortas como recursos terapêuticos ocupacionais para a população dependente de substâncias clínicas, como uma forma de contribuir para sua regeneração e reinserção social.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Dependência química e vulnerabilidades nutricionais

A dependência química desencadeia uma série de alterações fisiológicas, comportamentais e metabólicas que repercutem de modo significativo sobre o estado nutricional dos indivíduos. Pessoas com transtornos por uso de substâncias frequentemente apresentam padrões alimentares desorganizados, alternando longos intervalos sem alimentação com momentos de ingestão compulsiva, sobretudo de alimentos ricos em açúcares simples e gorduras. Paralelamente, observa-se redução

acentuada do consumo de frutas, verduras e legumes, o que contribui para dietas nutricionalmente pobres e para um estado geral de desequilíbrio (Mahboub *et al.* , 2021). Somados aos efeitos das drogas sobre a homeostase corporal, esses comportamentos alimentares favorecem um cenário marcado por déficits nutricionais, alterações metabólicas e maior vulnerabilidade clínica.

Diversos estudos evidenciam que pessoas em uso contínuo de substâncias psicoativas apresentam maior prevalência de desnutrição, perda de massa magra, alterações na composição corporal e déficits energéticos (Ferreira *et al.* , 2015; Oliveira *et al.* , 2023). Em usuários de álcool, crack e estimulantes, por exemplo, a perda de peso é um achado frequente, ao passo que, entre indivíduos em fase inicial de abstinência, pode ocorrer aumento rápido de peso associado à hiperfagia compensatória. A ingestão proteica insuficiente, o consumo elevado de ultraprocessados e a irregularidade das refeições agravam ainda mais esse quadro, dificultando a recuperação clínica e ampliando o risco de comorbidades metabólicas.

Além das alterações antropométricas e das carências nutricionais observadas, a dependência química repercute também sobre sistemas metabólicos, imunológicos e gastrointestinais. Do ponto de vista metabólico, indivíduos com uso problemático de substâncias tendem a apresentar maior risco de resistência à insulina, dislipidemias, esteatose hepática e alterações na regulação de glicose e lipídios (Jeynes; Gibson, 2017). Já no âmbito imunológico, destaca-se a redução da resposta inflamatória e o aumento da susceptibilidade a infecções, resultado tanto da ação direta das drogas quanto da inadequação nutricional (García-Estrada *et al.* , 2025). A literatura descreve ainda disfunções gastrointestinais, como má absorção, alterações da motilidade intestinal e lesões hepáticas.

Para ilustrar a profundidade desses impactos, Mahboub *et al.* (2021, p. 407) afirmam que:

Os indivíduos com transtornos por uso de substâncias apresentam uma combinação de ingestão alimentar inadequada, deficiências nutricionais e alterações metabólicas que, em conjunto, comprometem sua saúde geral, prejudicam a resposta ao tratamento e agravam a vulnerabilidade a condições clínicas concomitantes.

Essas repercussões não atuam isoladamente: somam-se a fatores sociais como insegurança alimentar, pobreza, dificuldades de acesso a alimentos saudáveis e instabilidade nas rotinas diárias, o que intensifica a complexidade das vulnerabilidades nutricionais vivenciadas por essa população. Assim, compreender a amplitude e a gravidade dessas alterações é fundamental para o planejamento de

estratégias integradas de cuidado. Nesse contexto, a Nutrição assume papel central, tanto na recuperação do estado nutricional quanto na promoção de hábitos alimentares adequados e na prevenção de complicações clínicas. Tais ações tornam-se ainda mais significativas quando articuladas a intervenções reabilitadoras, como o uso de hortas terapêuticas, que combinam participação ativa, educação alimentar e fortalecimento da autonomia.

2.2 Hortas terapêuticas como ferramenta de educação alimentar e nutricional (EAN)

As hortas terapêuticas configuram espaços de aprendizagem ativa que promovem o contato direto com o cultivo de alimentos e ampliam a compreensão sobre o papel dos alimentos in natura na saúde. A literatura demonstra que processos educativos baseados na experiência prática como plantar, regar, colher e preparar alimentos favorecem mudanças de comportamento alimentar mais duradouras, pois estimulam envolvimento, responsabilidade e percepção sensorial dos alimentos (Mottershead *et al.*, 2021; Silva; Magalhães; Bucher-Maluschke, 2022). Ao incorporar elementos cognitivos e práticos, esses espaços tornam-se ambientes privilegiados para intervenções de Educação Alimentar e Nutricional, valorizando o vínculo entre produção e consumo.

A aprendizagem ativa constitui um dos pilares das hortas terapêuticas no campo da EAN. Ao vivenciar o ciclo completo dos alimentos, os participantes passam a reconhecer o valor nutricional e simbólico dos alimentos frescos, fortalecendo a compreensão de que escolhas alimentares saudáveis dependem também do conhecimento sobre origem, sazonalidade e preparo. O Guia Alimentar para a População Brasileira reforça essa relação ao afirmar que “[...] os alimentos in natura são obtidos diretamente de plantas ou de animais e não sofrem qualquer alteração após deixarem a natureza, constituindo a base de uma alimentação nutricionalmente adequada e promotora de saúde (Brasil, 2014, p. 21).

Esse envolvimento também repercute no estímulo à autonomia alimentar, aspecto fundamental em populações vulneráveis, como pessoas em tratamento da dependência química. Ao aprender a decidir o que plantar, como manejar as espécies e de que maneira utilizar os alimentos colhidos, o indivíduo amplia sua capacidade de fazer escolhas alimentares informadas. Em estudo realizado em um grupo de reabilitação no Brasil, a participação em hortas terapêuticas contribuiu para o

desenvolvimento de habilidades práticas, sensação de pertencimento e maior autonomia na construção da própria alimentação (Silva; Magalhães; Bucher-Maluschke, 2022).

Outro benefício relevante é a reaproximação com padrões alimentares saudáveis, pois a presença cotidiana de hortaliças e frutas no ambiente terapêutico favorece o aumento da ingestão desses alimentos, conforme demonstrado por investigações que associam a horticultura terapêutica ao consumo mais frequente de alimentos frescos (Wang *et al.*, 2023). Essa aproximação é especialmente importante em contextos de dependência química, nos quais há baixa ingestão de frutas e vegetais e maior preferência por ultraprocessados (Mahboub *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2023).

Farias *et al.* (2020), menciona que a redução do consumo de ultraprocessados torna-se um desdobramento natural dessas práticas. Quando as hortas estão integradas a programas educativos de Nutrição, favorecem escolhas alimentares menos dependentes de produtos prontos, ricos em açúcares, gorduras e aditivos. Estudos sobre hortas comunitárias demonstram que esses ambientes contribuem para a diminuição do consumo de ultraprocessados ao promoverem acesso físico e simbólico a alimentos frescos e diversificados. Assim, as hortas terapêuticas funcionam como dispositivos educativos essenciais para a construção de comportamentos alimentares mais saudáveis.

Em conjunto, a aprendizagem ativa, a autonomia alimentar, a reaproximação com padrões saudáveis e a redução de ultraprocessados consolidam as hortas terapêuticas como ferramentas fundamentais de Educação Alimentar e Nutricional em instituições para dependentes químicos. Nesse cenário, o nutricionista atua como mediador do processo educativo, orientando o cultivo, promovendo oficinas culinárias e fortalecendo competências que permitem ao indivíduo reconstruir sua relação com a comida.

2.3 Contribuições da nutrição no cultivo e no processo terapêutico

A atuação da Nutrição em hortas terapêuticas inseridas em instituições que acolhem pessoas em tratamento da dependência química transcende a dimensão técnica da alimentação, assumindo papel educativo, clínico e psicossocial. O nutricionista contribui desde o planejamento das espécies cultivadas até o desenvolvimento de estratégias pedagógicas baseadas na prática agrícola, articulando saberes voltados para a promoção da saúde, autonomia e reorganização dos hábitos alimentares (Brasil, 2014; Mahboub *et al.*, 2021). Essa integração fortalece o processo de reabilitação, pois possibilita que o cultivo se converta em instrumento de intervenção nutricional e não apenas em atividade ocupacional.

Um dos primeiros aspectos de contribuição do nutricionista diz respeito ao planejamento nutricional do cultivo, envolvendo a seleção de espécies conforme sazonalidade, valor nutricional, facilidade de manejo e potencial de aceitação pelos participantes. Estudos sugerem que hortas planejadas com base em critérios nutricionais têm maior impacto na oferta de micronutrientes essenciais, como vitaminas do complexo B, ferro e antioxidantes, frequentemente deficientes em pessoas com transtornos por uso de substâncias (García-Estrada *et al.*, 2025; Oliveira *et al.*, 2023). Dessa forma, o nutricionista orienta o cultivo de alimentos que apoiem a recuperação orgânica, contribuam para o equilíbrio metabólico e permitam intervenções culinárias práticas dentro da instituição.

Outro eixo central está na educação alimentar e nutricional (EAN) vinculada ao cultivo. Ao transformar a horta em espaço pedagógico, o nutricionista promove ações que envolvem identificação das plantas, reconhecimento das partes comestíveis, higienização, preparo culinário e discussão sobre os benefícios de cada alimento. Essa abordagem se alinha ao que o Guia Alimentar para a População Brasileira propõe ao afirmar que: [...] a educação alimentar e nutricional deve estimular práticas que valorizem alimentos in natura e modos de preparo que ampliem autonomia e consciência alimentar (Brasil, 2014, p. 112).

Tais atividades, quando aplicadas em contextos de dependência química, contribuem para reconstruir a percepção do indivíduo sobre sua própria alimentação, fortalecendo a autoestima, o autocuidado e a capacidade de tomada de decisão. Além do ensino sobre os alimentos, o nutricionista atua no manejo clínico-nutricional, avaliando o estado nutricional dos participantes, identificando deficiências específicas e acompanhando a evolução da saúde ao longo do processo terapêutico. Pesquisas mostram que a inclusão de práticas agrícolas em programas de reabilitação auxilia na

melhora da ingestão alimentar, na regularização das refeições e na diminuição do consumo de produtos ultraprocessados (Wang *et al.* , 2023; Farias *et al.* , 2020). Em indivíduos com dependência química, tais efeitos são particularmente relevantes, visto que muitos apresentam carências nutricionais severas, inflamação crônica e alterações gastrointestinais e metabólicas (Mahboub *et al.* , 2021; Jeynes e Gibson, 2017).

Outro ponto de destaque é o papel da Nutrição na ressignificação da relação dos participantes com o alimento e com o próprio corpo. O envolvimento em práticas agrícolas tende a despertar senso de responsabilidade, pertencimento e satisfação pessoal, elementos essenciais no processo de superação de comportamentos compulsivos e na prevenção de recaídas. Em estudo realizado em contexto de reabilitação psicossocial no Brasil, a horticultura terapêutica favoreceu sentimento de utilidade, fortalecimento de vínculos sociais e ampliação das perspectivas de autonomia (Silva; Magalhães; Bucher-Maluschke, 2022). Quando articuladas ao acompanhamento nutricional, essas vivências possibilitam que o alimento deixe de ser apenas uma necessidade fisiológica e se torne um componente terapêutico ativo.

Por fim, o nutricionista desempenha função estratégica na articulação entre cultivo, preparo e consumo, promovendo oficinas culinárias que reforçam práticas saudáveis e sustentáveis. Essas oficinas ampliam a compreensão sobre técnicas de preparo, reduzem o desperdício e aproximam os participantes de formas de cozinhar mais acessíveis e compatíveis com suas realidades socioeconômicas. A literatura aponta que programas que integram horticultura e culinária apresentam maior impacto na adesão a dietas baseadas em alimentos frescos e na redução do consumo de alimentos ultraprocessados (Mottershead *et al.* , 2021; Brasil, 2014).

Assim, as contribuições da Nutrição no cultivo e no processo terapêutico revelam que as hortas terapêuticas não constituem apenas espaços de produção de alimentos, mas ambientes de transformação clínica, comportamental e social. A presença ativa do nutricionista qualifica o cuidado e potencializa os efeitos da intervenção, favorecendo a construção de hábitos alimentares mais saudáveis, autônomos e compatíveis com a recuperação integral de pessoas em tratamento da dependência química.

3 METODOLOGIA

Esta investigação adota uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa e exploratória, abordagem que, segundo Gil (2010), é adequada quando se busca ampliar a compreensão de um tema ainda pouco sistematizado, permitindo reconhecer tendências emergentes e fundamentações teóricas pertinentes.

O levantamento foi realizado em fontes científicas amplamente reconhecidas como SciELO, PubMed, Google Acadêmico e a Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD), contemplando estudos nacionais e internacionais, por meio de descritores como: dependência química; vulnerabilidades nutricionais; segurança alimentar e nutricional; práticas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN); utilização de hortas terapêuticas como estratégia de cuidado e reabilitação.

Critério de inclusão -artigos que abordam o tema datados dos últimos cinco anos de publicação. Os artigos referentes a legislações são de datas anteriores, porém em vigência na atualidade. Foram excluídos artigos que citam o tema, mas com datas mais antigas e que não correspondem aos objetivos delineados neste texto.

4 APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

A implementação de hortas terapêuticas em instituições destinadas ao cuidado de pessoas com dependência química enfrenta uma série de desafios estruturais, institucionais e políticos que limitam sua continuidade e eficácia. Embora a literatura apresente resultados positivos relacionados à promoção da saúde, ao fortalecimento da autonomia e ao aumento do consumo de alimentos in natura, diversos estudos destacam que tais iniciativas ainda são fragilizadas pela ausência de políticas públicas consolidadas que garantam recursos, infraestrutura e integração entre equipes multiprofissionais (Brasil, 2014; Silva; Magalhães; Bucher-Maluschke, 2022).

A carência de espaços adequados para o cultivo é um dos principais obstáculos relatados por instituições de saúde mental e comunidades terapêuticas. Em muitos serviços, o ambiente disponível é limitado, com solo inadequado, exposição insuficiente ao sol ou falta de sistemas de irrigação, o que compromete a viabilidade da horta. Pesquisas relacionadas à implantação de hortas comunitárias e terapêuticas evidenciam que a qualidade da infraestrutura determina diretamente a produtividade, a motivação dos participantes e a sustentabilidade das atividades

(Wang *et al.* , 2023; Farias *et al.* , 2020). Assim, políticas públicas que estimulem a criação de ambientes apropriados, com orientação técnica e suporte agrícola, tornam-se fundamentais para garantir a efetividade dessas iniciativas.

Outro desafio recorrente diz respeito à disponibilidade de recursos materiais e financeiros necessários para a manutenção contínua da horta. A aquisição de sementes, ferramentas, insumos orgânicos, sistemas de irrigação e estruturas de sombreamento depende, muitas vezes, de financiamento próprio das instituições ou de doações, o que torna a atividade instável e vulnerável a interrupções. Estudos sobre horticultura terapêutica apontam que a ausência de garantia orçamentária é um dos fatores que mais afetam a continuidade de programas educacionais baseados em cultivo (Mottershead *et al.* , 2021).

Embora este artigo enfatize a Nutrição como eixo central, é importante reconhecer que a efetividade das hortas terapêuticas depende de uma articulação multiprofissional sólida. A integração entre nutricionistas, terapeutas ocupacionais, psicólogos, educadores físicos, enfermeiros e profissionais da agricultura urbana amplia a complexidade das ações e potencializa seus efeitos sobre a saúde física, emocional e social dos participantes (Silva; Magalhães; Bucher-Maluschke, 2022). O trabalho interdisciplinar é essencial para que o cultivo seja utilizado não apenas como atividade prática, mas como estratégia terapêutica capaz de favorecer autonomia, pertencimento, construção de rotinas e ressignificação da relação com o alimento. Nesse sentido, documentos oficiais como o Guia Alimentar para a População Brasileira e a Política Nacional de Alimentação e Nutrição reforçam que ações de alimentação e Nutrição só alcançam impacto significativo quando integradas a abordagens intersetoriais e educativas (Brasil, 2014).

Entende-se dessa análise que, a consolidação de hortas terapêuticas como política pública requer investimentos estruturais, financeiros e humanos, além de apoio institucional contínuo. A inclusão dessas iniciativas nos programas oficiais de saúde mental, segurança alimentar e atenção a pessoas com dependência química pode ampliar seu alcance e garantir que os benefícios observados em estudos e experiências locais se transformem em práticas permanentes e sustentáveis. A presença ativa do nutricionista, articulada a uma equipe interdisciplinar, é condição imprescindível para que esses espaços contribuam efetivamente para a promoção da saúde, da autonomia e da reabilitação integral.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A literatura consultada deixa explícito que, as hortas terapêuticas constituem uma estratégia promissora no cuidado de pessoas em tratamento da dependência química, especialmente quando articuladas às práticas da Nutrição. Ao promover o contato direto com o cultivo e preparo de alimentos in natura, essas iniciativas favorecem a aprendizagem ativa, estimulam a autonomia alimentar e incentivam a reaproximação com padrões alimentares saudáveis.

Um fator relevante neste contexto, é a necessidade a atuação do nutricionista, nem sempre presente nessas instituições, para desempenhar o papel central de orientar o planejamento do cultivo, e principalmente para desenvolver ações de educação alimentar e nutricional, além de acompanhar clinicamente o estado nutricional dos participantes. Essa atuação contribui para a construção de hábitos alimentares mais adequados, redução do consumo de ultraprocessados e melhoria do bem-estar físico e emocional. Além dos efeitos individuais, as hortas terapêuticas ampliam a segurança alimentar e nutricional das instituições onde são implementadas, fortalecendo vínculos sociais, rotinas coletivas e processos de ressocialização, conforme apontado por pesquisas nacionais e internacionais.

No entanto, a efetividade dessas iniciativas depende de condições estruturais, materiais e organizacionais que nem sempre estão presentes nas instituições. A falta de espaços adequados, recursos financeiros, apoio técnico e integração multiprofissional constitui barreiras importantes à sustentabilidade das hortas terapêuticas. Nesse sentido, políticas públicas que garantam financiamento, infraestrutura, capacitação e inclusão dessas práticas nos programas de saúde mental e atenção à dependência química são fundamentais para ampliar e consolidar seu impacto terapêutico.

Assim, é possível concluir que as hortas terapêuticas representam uma abordagem integral e interdisciplinar, capaz de promover saúde, autonomia e qualidade de vida. Ao unir práticas agrícolas, educação alimentar e cuidado nutricional, essas iniciativas contribuem significativamente para a reabilitação de pessoas em tratamento da dependência química, demonstrando que a Nutrição pode

atuar como eixo estruturante na construção de caminhos mais saudáveis, sustentáveis e humanizados em contextos de vulnerabilidade.

6 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN)*. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

FARIAS, V. A. *et al.* Hortas urbanas comunitárias como estratégia de promoção da saúde e sustentabilidade alimentar. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, v. 11, n. 2, p. 45–58, 2020.

FERREIRA, D. C. *et al.* Consumo alimentar e estado nutricional de homens em tratamento da dependência química. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 18, n. 1, p. 234–246, 2015.

GARCÍA-ESTRADA, J. *et al.* Nutritional considerations in substance use disorders: a comprehensive review. *Journal of Substance Abuse Treatment*, v. 155, p. 209–220, 2025.

GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

JEYNES, K.; GIBSON, E. L. The role of nutrition in addiction recovery: a review of the literature. *Drug and Alcohol Dependence*, v. 179, p. 229–239, 2017.

MAHBOUB, N. *et al.* Nutritional status and dietary patterns in individuals with substance use disorders: a narrative review. *Nutrition Reviews*, v. 79, n. 4, p. 401–419, 2021.

MOTTERSHEAD, J. *et al.* Horticultural therapy to promote nutrition and wellbeing: a scoping review. *Public Health Nutrition*, v. 24, n. 17, p. 5924–5936, 2021.

OLIVEIRA, L. M. *et al.* Perfil nutricional e padrão alimentar de usuários de múltiplas drogas em tratamento. *Revista de Saúde Pública*, v. 57, e12, p. 1–10, 2023.

SILVA, J. P.; MAGALHÃES, P. V.; BUCHER-MALUSCHKE, J. S. N. F. Hortas terapêuticas como estratégia de reabilitação psicossocial em serviços de saúde mental. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, v. 14, n. 37, p. 1–15, 2022.

UNITED NATIONS OFFICE ON DRUGS AND CRIME (UNODC). *World Drug Report 2024*. Vienna: United Nations Publications, 2024.

WANG, D. *et al.* Effects of therapeutic horticulture on dietary intake and health outcomes: a systematic review. *Journal of Public Health*, v. 45, n. 1, p. e269–e280, 2023.



