

OFICINA DE CULINÁRIA COMO RECURSO TERAPÊUTICO EM SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM TERAPIA OCUPACIONAL NO CAPS II

RESUMO

Relato de experiência desenvolvido no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II) de Vitória de Santo Antão - PE, durante as práticas da disciplina Terapia Ocupacional Aplicada à Saúde do Adulto e do Idoso da UNIFACOL. A atividade consistiu em uma oficina de culinária, articulando os princípios da Terapia Ocupacional às diretrizes da Reforma Psiquiátrica. Planejada e conduzida por estudantes sob supervisão docente e da equipe interdisciplinar, envolveu acolhimento, escuta ativa, dinâmica de valorização da vida, atividade manual e execução da culinária colaborativa. A prática promoveu engajamento ocupacional, interação, fortalecimento de vínculos e ampliação das habilidades comunicativas e cooperativas. Possibilitou expressões subjetivas, resgate de memórias afetivas e sentimento de pertencimento, reafirmando o papel terapêutico das atividades significativas. A experiência evidenciou a importância das práticas cotidianas na reabilitação psicossocial e na formação crítica e humanizada de futuros terapeutas ocupacionais.

Thaís Carolaine Caetano da Silva

e-mail: thaiscc.silva@unifacol.edu.br

Rayssa Eduarda da Silva Araujo

e-mail: rayssae.araujo@unifacol.edu.br

Tamires Carla de Souza

e-mail: tamiresc.souza@unifacol.edu.br

Sayonara Queiroz Coelho

e-mail: sayonaraqc@gmail.com

Centro Universitário FACOL - UNIFACOL

Vitória de Santo Antão - PE

Submetido: novembro de 2025

Revisado: novembro de 2025

Publicado: dezembro de 2025

Citação:

SILVA, Thaís Carolaine Caetano da; ARAUJO, Rayssa Eduarda da Silva; SOUZA, Tamires Carla de; COELHO, Sayonara Queiroz **OFICINA DE CULINÁRIA COMO RECURSO TERAPÊUTICO EM SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM TERAPIA OCUPACIONAL NO CAPS II.** *Gestus Multidisciplinar*, v. 1, n.3, pg. 235 - 238, 2025

<https://doi.org/10.64956/gm-unifacol.v1i3.89>

Palavras-chave: Terapia Ocupacional; Psicossocial; CAPs; Recurso Terapêutico.

1 INTRODUÇÃO

Historicamente, o cuidado em saúde mental foi permeado por práticas de exclusão e estigmatização, nas quais o isolamento e o controle institucional eram vistos como formas de tratamento, resultando em relações autoritárias e na negação de direitos das pessoas com sofrimento mental (Martinhago e Oliveira, 2015, apud Sampaio e Bispo Júnior, 2021). Esse cenário começou a se transformar com a promulgação da Lei nº 10.216/2001, que instituiu a Reforma Psiquiátrica e promoveu a substituição progressiva do modelo hospitalocêntrico por uma Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), fundamentada no cuidado territorial, comunitário e humanizado (Brasil, 2001; Brasil, 2011).

Nesse contexto, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) configuram-se como serviços estratégicos da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), responsáveis por concretizar, no território, as diretrizes da Reforma Psiquiátrica e o cuidado em liberdade. Nesses espaços, a Terapia Ocupacional assume papel fundamental ao propor um cuidado centrado no indivíduo e em suas ocupações cotidianas, buscando favorecer a autonomia, o bem-estar e a reinserção social dos usuários. Essa prática rompe com o enfoque exclusivamente clínico e biomédico, uma vez que direciona sua atenção para as rotinas, atividades e vínculos sociais dos sujeitos, contribuindo para a reabilitação psicossocial e para a reconstrução do sentido de vida (Costa, 2025).

A partir dessa perspectiva, foi desenvolvida uma oficina de culinária em um CAPS II localizado no município da Vitória de Santo Antão – PE, durante as atividades práticas no primeiro locus da disciplina de Terapia Ocupacional Aplicada à Saúde do Adulto e do Idoso da UNIFACOL. A proposta surgiu da necessidade de criar um espaço de socialização e expressão, utilizando uma atividade cotidiana dotada de significado e potencial terapêutico. O objetivo principal da oficina foi promover a participação social por meio da culinária, além de estimular a cooperação, comunicação e reflexões sobre a valorização da vida, em alusão ao Setembro Amarelo.

2 DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A oficina de culinária foi desenvolvida com um grupo heterogêneo de adultos e idosos atendidos em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II), sob a condução de estudantes do curso de Terapia Ocupacional, supervisionados pela docente terapeuta ocupacional e acompanhados por profissionais da equipe interdisciplinar do serviço. A metodologia da

intervenção foi planejada de forma participativa e estruturada em etapas sequenciais.

Inicialmente, realizou-se a apresentação da equipe e dos participantes, seguida de uma roda de conversa voltada ao acolhimento e à escuta sobre o cotidiano individual. Em seguida, ocorreu uma dinâmica simbólica de valorização da vida, com frases motivacionais relacionadas ao Setembro Amarelo. As frases estavam dispostas em cartões no formato de girassol, os quais foram escolhidos e lidos pelos participantes. Posteriormente, cada pessoa coloriu seu próprio girassol, que seria utilizado como topo decorativo dos *cupcakes* confeccionados na etapa seguinte.

Para favorecer a cooperação e o envolvimento coletivo, o grupo foi dividido em subgrupos conduzidos pelos estudantes. Cada condutor orientou os participantes quanto à pintura do girassol, colagem no canudo de papel e montagem dos *cupcakes*. Foram disponibilizados bolos individuais, sacos de confeitaria com a cobertura e confeitos coloridos, distribuídos de forma personalizada, de modo que cada participante pudesse vivenciar o processo de maneira autônoma e criativa.

A escolha da culinária como recurso terapêutico fundamentou-se na perspectiva da Terapia Ocupacional enquanto prática que utiliza atividades significativas para promover a autonomia, o bem-estar e a reconstrução do sentido de vida das pessoas em sofrimento psíquico. Como destaca Costa (2025), a Terapia Ocupacional, ao direcionar seu foco para as rotinas e afazeres diários, possibilita a reabilitação psicossocial e o fortalecimento dos vínculos sociais no contexto dos CAPS, contribuindo para um cuidado mais humano e integral.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A experiência realizada no CAPS II demonstrou impactos significativos tanto para os usuários quanto para os estudantes de Terapia Ocupacional. A oficina de culinária contribuiu para a promoção da participação social, estimulando habilidades sociais, de comunicação, convivência e trabalho em grupo. A partir dessas práticas, foram estimuladas habilidades motoras, sensoriais e cognitivas, além de aspectos fundamentais da ocupação participação social, que se evidenciou por meio da colaboração entre pares, do diálogo, das trocas de experiências e da construção coletiva do fazer, sendo esta a principal meta a ser atingida na oficina de culinária, favorecendo assim o desempenho funcional quanto o sentimento de pertencimento e a interação social, aspectos essenciais no contexto da reabilitação psicossocial.

Durante a confecção dos *cupcakes*, foram trabalhadas ocupações do domínio da Terapia Ocupacional, conforme descrito pela American Occupational Therapy Association (AOTA, 2020). Destacam-se, as Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs), representadas pelo preparo do alimento, manuseio de utensílios, coordenação motora fina e organização das etapas da atividade.

No contexto da Terapia Ocupacional, a oficina de culinária é compreendida como um espaço de trocas, aprendizado e construção coletiva, favorecendo a socialização, o fortalecimento de vínculos e o desenvolvimento da autonomia dos participantes. Segundo Pereira et al. (2014), que relataram efeitos positivos dessa atividade com adolescentes em vulnerabilidade social, estimulando assim o reconhecimento de habilidades, a cooperação e o sentimento de pertencimento ao grupo.

No CAPS, essas potencialidades também se manifestam entre adultos e idosos, que encontram na oficina uma oportunidade de resgatar memórias, reforçar o protagonismo e ampliar a participação social — aspectos fundamentais na reabilitação psicossocial e na promoção de uma vida mais autônoma e significativa.

Conforme destaca Costa (2025), os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) concretizam, no território, as diretrizes da Reforma Psiquiátrica e o cuidado em liberdade, promovendo práticas que se afastam do modelo biomédico tradicional. Essa perspectiva se expressou na oficina, em que o cuidado esteve centrado no sujeito e em suas ocupações cotidianas — não apenas na execução de uma tarefa culinária, mas no engajamento em uma atividade significativa, promotora de autonomia, participação social e construção de identidade ocupacional.

Entre os aprendizados, destaca-se a importância de planejar atividades de forma acessível, adaptadas às necessidades e potencialidades de cada usuário, valorizando o cotidiano como eixo de cuidado. Compreender o grupo e suas demandas foi essencial para a escolha da atividade, favorecendo o engajamento — inclusive de participantes que, em encontros anteriores, apresentaram menor envolvimento. Evidenciou-se também o papel do terapeuta ocupacional como mediador de processos de subjetivação, pertencimento e reinserção social, utilizando o engajamento em ocupações significativas como recurso terapêutico (Costa, 2025). Quanto às dificuldades, observou-se resistência inicial à interação por parte de alguns e a não identificação de um participante com a proposta. Ainda assim, a boa adesão e a satisfação expressa indicaram o alcance dos

objetivos, reforçando a efetividade da ocupação como instrumento terapêutico.

4 CONCLUSÃO

A oficina de culinária realizada no CAPS II reafirmou a potência das ocupações significativas como recurso terapêutico na atenção psicossocial. A experiência evidenciou que, ao utilizar elementos do cotidiano, como o preparo de alimentos, é possível promover vínculos, participação social e expressão subjetiva de forma acessível e acolhedora. Mais do que confeccionar *cupcakes*, o grupo vivenciou momentos de escuta, cooperação e construção coletiva, reafirmando o papel da Terapia Ocupacional na valorização do fazer com sentido. Para os estudantes em formação, a vivência trouxe aprendizados práticos e éticos sobre a importância de conhecer o grupo, respeitar suas singularidades e planejar intervenções que favoreçam o protagonismo e o cuidado em liberdade.

Reforça-se assim, a necessidade de que mais experiências como esta sejam desenvolvidas, documentadas e compartilhadas, de modo a ampliar a produção de evidências sobre os efeitos das práticas ocupacionais na saúde mental e o fortalecer a Terapia Ocupacional no campo da reabilitação psicossocial.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AOTA (American Occupational Therapy Association). **ESTRUTURA DA PRÁTICA DA TERAPIA OCUPACIONAL: DOMÍNIO E PROCESSO**. 4. ed. Tradução e adaptação de Rúbia Aparecida L. M. Yoshida *et al.* São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2020.

BRASIL. **Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001**. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 9 abr. 2001. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm. Acesso em: 9 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n.º 3.088, de 23 de dezembro de 2011**. Institui a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). **Diário Oficial da União**, seção 1, Brasília, DF, 26 dez. 2011.

COSTA, Aislinn Lopes Barboza da. **O IMPACTO DA TERAPIA OCUPACIONAL NO TRATAMENTO DE USUÁRIOS DO CAPS**. 2025. 24 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Saúde Coletiva) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2025.

PEREIRA, Daniela Cristine; SILVA, Emanuelle Karoline Alves; ITO, Caroline Yumi; BELL, Bruna Beatriz; RIBEIRO, Camila Martins Gomes; ZANNI, Karina Pacheco. **OFICINA DE CULINÁRIA COMO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL COM ADOLESCENTES EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL**. *Cadernos*



Brasileiros de Terapia Ocupacional, São Carlos, v. 22, n. 3, p. 621–626, 2014.

SAMPAIO, Mariá Lanzotti; BISPO JÚNIOR, José Patrício. **ENTRE O ENCLAUSURAMENTO E A DESINSTITUCIONALIZAÇÃO: A TRAJETÓRIA DA SAÚDE MENTAL NO BRASIL.** *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 19, e00313145, 2021.

