



Sinopse

Guia para centros de terapia e instituições do Ensino e Formação Profissional sobre ecoterapia para o tratamento de dependências



INTRODUÇÃO

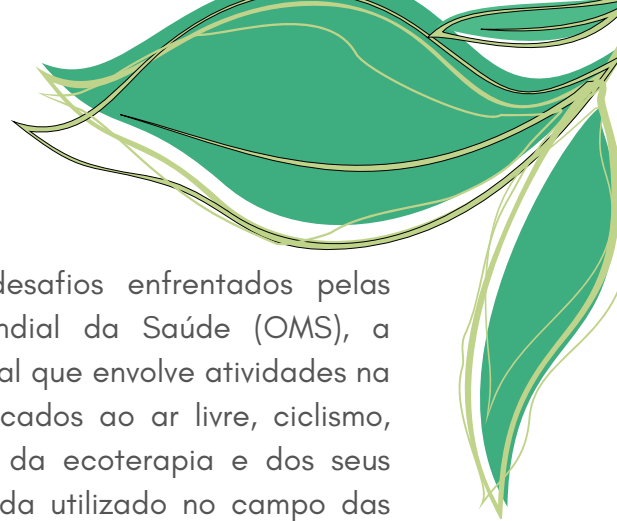
O abuso de substâncias é um dos principais desafios enfrentados pelas sociedades da UE. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a ecoterapia é um tipo de tratamento terapêutico formal que envolve atividades na natureza (por exemplo, jardinagem, exercícios praticados ao ar livre, ciclismo, etc.). Apesar da investigação realizada no campo da ecoterapia e dos seus comprovados efeitos positivos, o método não é ainda utilizado no campo das dependências na Europa. Para preencher esta lacuna, o projeto Eco-Therapy para pessoas com transtornos de abuso de substâncias visa desenvolver materiais educacionais e formativos interativos para centros de formação, centros e comunidades terapêuticas, docentes e psicólogos. O EcoTherapy é um projeto de dois anos que visa desenvolver e aprimorar as técnicas dos profissionais para melhor apoiar pessoas com problemas de dependência, introduzindo uma abordagem inovadora.

ÂMBITO DO PROJETO

O projeto Eco-Therapy visa desenvolver materiais educativos e recursos formativos interativos na área da ecoterapia para centros de formação e centros terapêuticos, formadores e psicólogos. Um desses recursos é um guia destinado às escolas de Ensino e Formação Profissional. Este guia descreve benefícios e boas práticas para a aplicação de atividades de ecoterapia e inclui diretrizes práticas para a inclusão da ecoterapia nos cursos do EFP. O guia baseia-se nos resultados da investigação levada a cabo pelo consórcio do projeto e que inclui parceiros da Alemanha, Espanha, Dinamarca, Grécia e Portugal. A pesquisa bibliográfica procurou identificar boas práticas no campo da ecoterapia a nível local, nacional e da UE bem como incluiu uma análise aos currículos atuais nos diferentes países com o objetivo de identificar possíveis lacunas.

DESCRIÇÃO DOS OBJETIVOS

Apesar do seu potencial, a ecoterapia ainda não foi utilizada e adotada na formação profissional. Com o Guia para centros de terapia e instituições VET sobre ecoterapia para transtornos de abuso de substâncias, a parceria do Eco-Therapy procura fornecer materiais e recursos formativos na área da ecoterapia para escolas do EFP, centros de terapia, psicólogos e terapeutas. Um outro objetivo do guia é, portanto, dar a conhecer potencial da ecoterapia enquanto método terapêutico e ajudar a combater os preconceitos associados a este método.



DESCRIÇÃO DA METODOLOGIA

O guia desenvolvido pela parceria é baseado nos resultados da investigação bibliográfica e de campo levadas a cabo nos diferentes países do consórcio.

Atualmente, a aplicação da ecoterapia nos países do projeto é variável. Embora esta seja praticada em todos eles uma forma ou de outra e sob diferentes nomes, o denominador comum é que em nenhum dos países a ecoterapia é usada como uma forma de tratamento oficialmente reconhecida para as dependências de álcool e drogas, nem é reconhecida formalmente em termos de formação académica.

No geral, parece haver múltiplos benefícios físicos e mentais na aplicação da ecoterapia no tratamento de dependências. Estudos apontam para uma melhoria no processo de reabilitação. Os sinais positivos observados são: uma redução dos níveis de stress e ansiedade combinada com aumento da autoconsciência, atenção e autoestima. A ecoterapia pode ser utilizada como abordagem terapêutica ou preventiva com efeitos positivos em vários aspetos do bem-estar. Com base na investigação levada a cabo, a ecoterapia parece promover um maior grau de comunicação entre o paciente e o terapeuta e a melhoria do vínculo terapêutico. Assim, a terapia fornece novos métodos para obter acesso aos pacientes bem como ganhar a sua confiança. O princípio simples é que, como a grande maioria das pessoas tem experiências positivas associadas a atividades na natureza, a influência positiva da natureza pode ser usada em um contexto terapêutico.

No geral, parece haver várias vantagens para as instituições de EFP e centros de tratamento na implementação de currículos de ecoterapia e respetivas modalidades de tratamento. No entanto, como ficou claro na análise SWOT dos parceiros, existem algumas barreiras a serem consideradas ao implementar cursos estes cursos.

A ecoterapia ainda não é amplamente reconhecida e compete com vários programas curriculares baseados na terapêutica formal. Estudos mostram que em vários países a ecoterapia é utilizada atualmente como uma terapia alternativa e não como o tratamento propriamente dito na área das dependências. Além disso, muitos profissionais não possuem conhecimentos e formação para aplicar a ecoterapia como um tratamento real, devido à inexistência de cursos/módulos de formação na área. Outra barreira identificada diz respeito ao próprio enquadramento para a prática da terapia. Isso inclui a necessidade de ser ensinado em espaços naturais que não são acessíveis a todos. As novas práticas precisam ser integradas no protocolo terapêutico, implicando assim a necessidade de validação por órgãos reguladores. Esta situação pode levar a dificuldades na introdução de novas práticas em centros públicos.



EM RESUMO

A pesquisa documental nos países parceiros demonstrou os inúmeros benefícios da ecoterapia quando usada em contexto terapêutico no tratamento de dependências. Os resultados desta investigação revelam que o maior desafio à sua aplicação passa pela escassez de conhecimentos sobre a mesma e, portanto, a sua aplicação é relativamente limitada.

No entanto, parece haver razões e evidências suficientes para a implementar, pois existem benefícios óbvios em termos de tratamento. O interesse pela ecoterapia tem sido crescente, pois coloca as pessoas em contato com a natureza para explorar as suas propriedades terapêuticas, relaxantes e revitalizantes. Os estudos apontam para uma melhoria no processo de reabilitação.

Em termos de potenciais barreiras à sua aplicação, é evidente o facto desta ainda não ser amplamente reconhecida. Muitos profissionais também não possuem conhecimentos suficientes para aplicar a ecoterapia como um tratamento real, devido à falta de formação reconhecida na área.

CONCLUSÃO

Os estudos sobre a ecoterapia comprovam a melhora no processo de reabilitação. Os sinais positivos observados passam por uma redução dos níveis de stress e ansiedade, aos quais se alia um aumento da autoconsciência, atenção e autoestima. Além disso, a ecoterapia parece promover um maior grau de comunicação entre o paciente e o terapeuta, promovendo a melhoria do vínculo terapêutico.

Em termos de potenciais barreiras à aplicação da ecoterapia, um claro obstáculo é esta não ser amplamente reconhecida e ter que competir com os currículos e a formação tradicional de cariz mais formal. Novas práticas devem fazer parte do protocolo terapêutico dos profissionais, mas estes têm necessariamente de ser validados pelos órgãos reguladores. Isso pode levar a dificuldades na introdução de novas práticas, o que se aplica ao caso da ecoterapia em concreto.



PERSPECTIVAS

Com base na pesquisa, é possível reconhecer que a ecoterapia tem potencial no tratamento das dependências de álcool e drogas. Numa perspectiva de Educação e Formação Profissional, a potencial transferibilidade/utilização da terapia para currículos de EFP parece óbvia. Com o Guia para centros de terapia e instituições de EFP sobre ecoterapia para transtornos de abuso de substâncias, a parceria do Eco-Therapy oferece novos recursos teóricos e práticos e conhecimentos que normalmente não são encontrados nos currículos do EFP.





This document is published under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>), and available to download for free from the [ECO-THERAPY website](#).



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.