



20º ENCUENTRO DE  
ENFERMERÍA DE SALUD  
MENTAL AEESME /  
COMUNIDAD DE MADRID

# TERAPIA HORTÍCOLA EN UN HOSPITAL DE DÍA INFANTOJUVENIL: UN RECURSO COMPLEMENTARIO PARA LA INTERVENCIÓN INTEGRAL

Blanca Navarro Peral, Alexandra Ocaña Cabezos

## 01. INTRODUCCIÓN

El modelo asistencial de Hospital de Día Infantojuvenil integra actuaciones clínicas, educativas y sociales orientadas a mejorar la funcionalidad, la adaptación y la calidad de vida del menor en su contexto habitual. En este marco terapéutico se incorpora un programa de terapia hortícola, fundamentado en la evidencia que vincula el contacto con la naturaleza con mejoras en la regulación emocional, el desarrollo de habilidades sociales y el funcionamiento cognitivo.

## 02. OBJETIVOS

- Favorecer la adquisición y práctica de habilidades sociales, promoviendo la comunicación funcional, cooperación e interacción positiva
- Reforzar la autoestima y la percepción de competencia personal, mediante experiencias de logro, autonomía y responsabilidad
- Reducir la impulsividad y mejorar la autorregulación emocional, utilizando un entorno natural que facilita la calma
- Estimular procesos cognitivos básicos y superiores, como la atención sostenida, la memoria de trabajo, la planificación y la creatividad
- Potenciar la participación activa y el sentido de pertenencia al grupo, fortaleciendo vínculos y dinámicas

## 03. METODOLOGÍA

Las actividades se estructuran siguiendo el calendario hortícola e incluyen la preparación del terreno, la siembra, el trasplante, el riego, el control del crecimiento, la observación de cambios y la recolección. Todo el proceso se articula como un entorno terapéutico guiado, en el que se trabajan de manera sistemática competencias como la responsabilidad, la planificación de tareas, el trabajo cooperativo y la tolerancia a la frustración. El huerto se consolida, como un espacio estable de intervención psicosocial educativa.

## 04. DESARROLLO

La ubicación del HDIJ en un entorno natural, integrado en un parque urbano, favoreció la observación directa de los ciclos estacionales y generó interés por incorporar elementos de naturaleza en el proceso terapéutico.

- Fase inicial: intervención piloto centrada en la recuperación y mantenimiento de diversos maceteros interiores, lo que permitió evaluar el grado de motivación, participación y respuesta clínica de los menores.
- Fase continuación: orientada a la creación de un huerto terapéutico exterior. Se adecuó un espacio de terreno, se construyeron bancales elevados y se organizaron zonas de cultivo adaptadas a las capacidades y necesidades de los pacientes.

## 05. CONCLUSIONES

La terapia hortícola se configura como un recurso coadyuvante eficaz dentro del HDIJ, al contribuir a la mejora de habilidades sociales, autoestima, autorregulación emocional, control de la impulsividad y funciones cognitivas vinculadas al aprendizaje. La participación activa de los menores en todas las fases del proyecto ha reforzado su implicación y ha potenciado los efectos terapéuticos observados. Los resultados obtenidos avalan la continuidad del huerto como intervención estable dentro del abordaje psicosocial integral del centro.

## 06. BIBLIOGRAFÍA

1. Tu H-M. Effect of horticultural therapy on mental health: a meta-analysis of randomized controlled trials. J Psychiatr Ment Health Nurs. 2022;29(4):603-615.
2. Oh YA, Lee A, An KJ, Park S-A. Horticultural therapy program for improving emotional well-being of elementary school students: an observational study. Integr Med Res. 2020;9(1):37-41.
3. Joubert A, Jankowski-Cherrier B, Rossi A, Teyssier L, Suraud V, Presle E, et al. Impact of horticultural therapy on patients admitted to psychiatric wards: a randomised, controlled and open trial. Sci Rep. 2024;14:14378.
4. Kim JM, Park SY, Jeon MG, Lee CH, Park S-A. Perceptions and mental health effects of therapeutic farming across age groups: a survey-based study. HortTechnology. 2024;34(6):703-712



Hospital Universitario  
José Germain