

A TERAPIA COMUNITÁRIA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO NA ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Alessandro Dutra Bezerra (1); Viviane Alves dos Santos Bezerra (2); Leonídia Aparecida Pereira da Silva (3); Gracielle Malheiro dos Santos (4); Maria Valquíria Nogueira do Nascimento (5).

¹Graduando do curso de Psicologia na Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Unidade Acadêmica de Psicologia. E-mail: aledbezerra@gmail.com

²Graduanda do curso de Psicologia na Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Unidade Acadêmica de Psicologia. E-mail: virivialves@gmail.com

³Graduanda do curso de Psicologia na Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Unidade Acadêmica de Psicologia. E-mail: leonidiapereira1@gmail.com

⁴Graduanda do curso de Psicologia na Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Unidade Acadêmica de Psicologia. E-mail: malheiropsi@gmail.com

⁵Docente do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). Unidade Acadêmica de Psicologia. E-mail: valquiriarn@yahoo.com.br

Resumo: O presente relato de experiência trata-se de uma análise descritiva e qualitativa, tem por objetivo geral apresentar as intervenções desenvolvidas durante o estágio curricular em Psicologia Social Comunitária, em específico a aplicação da metodologia participativa em saúde conhecida como Terapia Comunitária, a qual foi realizada com os usuários de uma Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF), localizada em Campina Grande na Paraíba. Os resultados deste trabalho apontam que a Terapia Comunitária como uma prática integrativa e complementar na atenção básica pode contribuir de forma significativa para o aumento da resiliência e da qualidade de vida dos usuários. Ademais, essa prática integrativa em saúde se configura como um instrumento de cuidado e de promoção à saúde mental, bem como um espaço de acolhimento humanizado, de ressignificações e interação entre os indivíduos a partir da fala, da escuta e do compartilhamento de experiências.

Palavras-chave: Atenção Básica, Saúde Mental, Práticas Integrativas, Terapia Comunitária.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS), a partir da publicação da carta de princípios de 07 de abril de 1948, conceituou a saúde como um “estado de completo bem-estar físico, mental e social, que não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade”, já o Sistema Único de Saúde (SUS), define a saúde como “direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a sua promoção, proteção e recuperação” (WHO, 1992; BRASIL, 1988).

É nessa perspectiva que atualmente incluiu-se no contexto do Sistema Único de Saúde, a Terapia Comunitária Integrativa, a qual foi desenvolvida pelo Médico Psiquiatra e Professor Doutor Adalberto de Paula Barreto da Universidade Federal do Ceará - UFC. Esta proposta foi capaz de intervir sobre os determinantes sociais da saúde, agindo sobre as causas dos problemas da

população, e não apenas sobre suas consequências. A Terapia Comunitária constitui-se de um instrumento que permite a construção de redes sociais solidárias visando a promoção da vida por meio da mobilização dos recursos e as competências das pessoas, das famílias e das comunidades (CORDEIRO et al, 2011).

Em fevereiro de 2006, foi aprovado pelo Conselho Nacional de Saúde, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS e também o Pacto pela Saúde, que fizeram com que várias práticas inovadoras fossem inseridas nos serviços da Atenção Básica, dentre elas, a Terapia Comunitária, que em 2008, insere-se em tal política, tornando-se mais uma ferramenta de cuidado disponível para os profissionais da atenção básica dos municípios brasileiros (BRASIL, 2006).

A Atenção Básica pode ser caracterizada pelo conjunto de ações de promoção, proteção, prevenção à saúde por meio de ações dirigidas às famílias e a coletividade de determinados territórios, e orienta-se pelos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS) e pela acessibilidade, humanização, vínculo, cuidado e participação social, cujo foco é o usuário, não a sua doença (BRASIL, 2009).

De acordo com a PNAB (BRASIL, 2012), os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) são equipes multiprofissionais, compostas por profissionais de diferentes profissões ou especialidades, que devem atuar de maneira integrada e apoiando os profissionais das equipes de Saúde da Família e das equipes de Atenção Básica para populações específicas (Consultórios na Rua, equipes ribeirinhas e fluviais), compartilhando práticas e saberes em saúde com as equipes de referência apoiadas, buscando auxiliá-las no manejo ou resolução de problemas clínicos e sanitários, bem como agregando práticas, na atenção básica, que ampliem o seu escopo de ofertas.

As atividades de intervenção realizadas durante o estágio curricular foram planejadas e desenvolvidas em parceria com os profissionais do NASF. Os Núcleos de Apoio à Saúde da Família devem buscar contribuir para a integralidade do cuidado aos usuários do SUS principalmente por intermédio da ampliação da clínica, auxiliando no aumento da capacidade de análise e de intervenção sobre problemas e necessidades de saúde, tanto em termos clínicos quanto sanitários (PNAB, BRASIL, 2012).

Alguns exemplos de ações de apoio desenvolvidas pelos profissionais dos NASF: discussão de casos, atendimento conjunto ou não, interconsulta, construção conjunta de projetos terapêuticos, educação permanente, intervenções no território e na saúde de grupos populacionais e da coletividade, ações intersetoriais,

ações de prevenção e promoção da saúde, discussão do processo de trabalho das equipes, entre outros.

Apesar desses avanços na saúde coletiva, observa-se que o modelo hegemônico de saúde, o qual compreende o sujeito de maneira biologizante e fragmentada, ainda é recorrente nos espaços de saúde pública, inviabilizando o olhar para a holisticidade dos indivíduos, atravessados por diversas contingências, e as práticas de cuidado que se iniciam com o acolhimento tornam-se um desafio cada vez maior para os profissionais da saúde.

A relevância deste trabalho consiste em discutir um tema ainda pouco abordado no campo da saúde, que carece de investigação no sentido de alicerçar uma prática que vem se consolidando como uma estratégia de cuidado em saúde mental no nível comunitário, uma vez que a mesma configura-se uma tecnologia leve de baixo custo, e também porque, a partir dos saberes produzidos novos conhecimentos são gerados, subsidiando a implantação e a expansão da Terapia Comunitária na Atenção Básica.

Nesse contexto, o presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência vivenciada durante o Estágio Supervisionado Básico II, no curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, através da realização da Terapia Comunitária com os usuários de uma Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF), subsidiada pelo Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF).

METODOLOGIA

Este trabalho caracteriza-se como um relato de experiência, uma análise descritiva com abordagem qualitativa, visto que foi realizado com um nível de realidade que não pode ser avaliado numericamente, abordando o universo dos significados, motivos, aspirações, crenças e valores, correspondendo a um espaço profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não pode reduzir-se a variáveis (MINAYO, 2003).

O presente trabalho foi elaborado na disciplina de Estágio Supervisionado Básico II, ministrada no oitavo período do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), cujo objetivo é formar habilidades e competências para que se possam empreender ações em Psicologia no contexto da Estratégia de Saúde da Família em consonância com os ideários do Sistema Único de Saúde.

Para tanto, relata-se a experiência realizada com o grupo terapêutico formado pelos usuários da Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF), localizada na Zona Leste da cidade de

Campina Grande - PB, especificamente a partir da realização da Terapia Comunitária, com o objetivo principal de promover a saúde, o bem-estar físico e psicológico, melhorar a autoestima e a qualidade de vida dos usuários, adotando essa metodologia participativa como uma estratégia de acolhimento e cuidado em saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Terapia Comunitária na Atenção Primária à Saúde

A Terapia Comunitária configura-se uma ferramenta complementar de intervenção no campo da Atenção Básica, que pode ajudar a comunidade a expressar pensamentos, crenças, valores e sentimentos, ou relatar situações que podem ser as precursoras do adoecimento mental, por isso, procurou-se neste trabalho descrever essa metodologia de intervenção em saúde mais a fundo e relacioná-la como uma estratégia de enfrentamento para quem dela se utiliza para a superação dos seus problemas.

Nesse sentido, a Terapia Comunitária vem se consolidando gradualmente como uma metodologia de cuidado que intervém em comunidades, por meio de encontros interpessoais, com o objetivo de promover a saúde mental, através da construção de vínculos comunitários, valorização de vida dos participantes, resgate da identidade, restauração da autoestima, da autonomia e do cuidado de si, ampliação da percepção dos problemas e possibilidades de resolução a partir das competências locais (ANDRADE et al, 2008).

No campo da Psicologia, as práticas grupais são importantes por proporcionar um trabalho preventivo e promocional no âmbito da saúde pública, afastando-se, portanto, da clínica tradicional na atenção primária, fator comum na atuação de diversos profissionais. Nesse sentido, após discussões acerca do trabalho do psicólogo na Unidade Básica de Saúde da Família, pensou-se na realização da terapia comunitária com o grupo de usuários daquela unidade, a fim de contribuir para a democratização do acesso à saúde através da participação mais efetiva da comunidade. A iniciativa partiu dos estagiários de Psicologia, juntamente com a psicóloga do NASF.

A partir do planejamento das atividades que seriam desenvolvidas, buscou-se o auxílio das equipes de Agentes Comunitários de Saúde (ACS) daquele distrito para criar uma ponte capaz de interligar o serviço e a população. Para chegarmos à comunidade, foram elaborados convites com data, horário e local onde seria realizada a terapia comunitária, os quais foram

entregues pelos ACS previamente às famílias inscritas em cada área do distrito.

Dessa forma, no dia 06 de março de 2018 foi realizada a terapia comunitária com os usuários na Unidade Básica de Saúde (UBSF), com duração de aproximadamente duas horas. O grupo foi composto de sete pessoas, com faixa etária entre 50 e 70 anos. A terapia comunitária foi conduzida por cinco estagiários de Psicologia e também contou com o auxílio da psicóloga do NASF.

Inicialmente, realizou-se a recepção e boas vindas ao grupo, com um momento de acolhimento através da demonstração de afeto e carinho, seguido pela apresentação do grupo e dos estagiários, com breves esclarecimentos sobre a dinâmica da terapia comunitária para o estabelecimento do contrato terapêutico. Em seguida, houve um momento para o exercício de respiração e relaxamento, com as cadeiras previamente organizadas em forma de círculo. Após isso, foi realizado o levantamento dos temas a partir das falas das pessoas, e assim foi sugerido que apenas um tema/problema específico fosse escolhido pelo grupo para ser discutido com mais profundidade, o qual foi contextualizado e problematizado ao longo da terapia comunitária. Os principais temas abordados diziam respeito às questões familiares, problemas de saúde e dificuldades cotidianas.

Em seguida, realizou-se a avaliação e encerramento da terapia através de uma postura acolhedora e empática com uma conotação positiva, em que foi possível discutir e propor soluções para a problemática escolhida pelo grupo, assim cada pessoa teve a oportunidade de refletir e compartilhar suas experiências pessoais, bem como conseguiu enfrentar e superar determinados conflitos e impasses ao longo da vida. Por fim, realizou-se o lanche coletivo e um momento de confraternização entre o grupo.

Através da aplicação da terapia comunitária na atenção básica foi possível promover um espaço de cuidado e acolhimento dos usuários, contribuindo no processo de saúde-doença, por meio da troca de experiências e compartilhamento de histórias, permitindo o contato com a subjetividade do outro, com a diversidade de opiniões, conceitos e valores, a construção de vínculos e laços de afetividade através do diálogo, promovendo o alívio do sofrimento psíquico, o aumento da autoestima e a ressignificação das memórias e vivências, bem como permitiu identificar as potencialidades, fragilidades e estratégias de enfrentamento para os problemas de saúde e outras situações vivenciadas pelo grupo.

A Terapia Comunitária está fundamentada teoricamente em cinco pilares: a teoria sistêmica, teoria da comunicação, antropologia cultural, resiliência e educação popular de Paulo Freire. No tocante à metodologia, é necessário

seguir algumas etapas para o seu desenvolvimento, que são: acolhimento; escolha do tema; contextualização; problematização; encerramento ou conotação positiva; e, por último, a avaliação (BARRETO, 2005).

A educação popular, fundamentada na relação dialógica, é prática fundamental na Terapia Comunitária. Desse modo, o papel do facilitador da terapia comunitária é compatível com a figura do educador popular, o qual não deve se colocar na posição de quem pretende ser o detentor de todo o saber. Nesse sentido, um elemento fundamental é o fato de tomar como ponto de partida do processo pedagógico, o saber anterior das classes populares; na vida social e na luta pela sobrevivência e pela transformação da realidade, as pessoas adquirem um entendimento sobre a sua inserção na sociedade e na natureza (FREIRE, 1987).

Nessa perspectiva, na Terapia Comunitária não há aqueles que ensinam e os que aprendem, mas uma articulação e confronto mútuo de saberes, de maneira permanente, horizontal e dialética. Portanto, o modelo da educação popular em saúde configura-se como uma possibilidade de garantia da integralidade em saúde, em uma perspectiva relacional, emancipadora, participativa e criativa, que articula saberes, práticas, vivências e espaços de saúde (NASCIMENTO et al., 2012).

A Terapia Comunitária consiste em uma ação cidadã que tem facilitado a construção de redes solidárias de promoção de vida suscitando a dimensão terapêutica da comunidade por valorizar a herança cultural e o saber popular. Essa metodologia participativa em saúde configura-se uma ferramenta complementar de intervenção na Atenção Básica, levando à comunidade a oportunidade de expressar sentimentos e descrever situações promotoras do adoecimento mental, possibilitando uma melhora na saúde e uma redução das perturbações psicossomáticas (CORDEIRO et al., 2011).

A partir da problematização, uma das etapas da Terapia Comunitária, que consiste em estimular a troca de experiências, as pessoas narraram suas histórias, elaboraram e relataram estratégias de enfrentamento para os problemas de saúde e conflitos familiares. Observou-se que a história pessoal e familiar, bem como as dificuldades e os sofrimentos produzem um senso de resiliência e um saber que possibilitam a cada participante elaborar recursos de superação que outrora eram inexistentes. Dentre as principais estratégias de enfrentamento dos problemas psicossociais e de saúde, identificaram-se: a participação em grupos de apoio social e de ajuda mútua, a espiritualidade e os vínculos comunitários.

Através deste trabalho, constatou-se que a Terapia Comunitária é um importante espaço de acolhimento e partilha de histórias, pois oferece aos

seus participantes a oportunidade de ouvir e de ser ouvido, de refletir e de agir. É um momento em que se pode examinar, em profundidade, a subjetividade humana; em que se pode aprender com as experiências do outro e, assim, encontrar soluções para os próprios problemas.

Atualmente torna-se necessário que os profissionais da saúde reavaliem suas práticas tradicionais de cuidado e procurem articular diferentes concepções sobre o processo saúde-doença, utilizando as práticas integrativas e complementares como um instrumento de cuidado na rede de atenção primária à saúde. Nesse sentido, a Terapia Comunitária propicia a recomposição da integralidade em saúde e tem como enfoque a solidariedade e o fortalecimento das relações humanas, possibilitando a construção de redes sociais solidárias. Ademais, essa prática integrativa e complementar em saúde é um espaço de inclusão e emancipação dos indivíduos, um potente instrumento de suporte pessoal e comunitário que pode ser aplicado nas mais diversas realidades sociais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização da Terapia Comunitária possibilitou novas experiências no campo da Atenção Primária à Saúde, por se tratar de uma metodologia pouco explorada nesse contexto. Nesse sentido, é relevante destacar que com o desenvolvimento das práticas integrativas e complementares em saúde, faz-se possível realizar uma atuação mais pontual e efetiva no que se refere à promoção da saúde, bem-estar e da qualidade de vida da comunidade, indo na contramão, portanto, do modelo biomédico tão presente neste âmbito.

Através desse relato de experiência, espera-se que mais trabalhos sejam desenvolvidos para enriquecer a literatura e auxiliar no conhecimento e na disseminação das práticas integrativas grupais. Além disso, destaca-se a importância de profissionais comprometidos com as questões sociais e com relações mais horizontalizadas, atuando de maneira interdisciplinar nos espaços de saúde pública junto à equipe de Atenção Básica na Estratégia de Saúde da Família, atendendo aos usuários em seu contexto de vida e promovendo o cuidado à saúde da população, e que possam dialogar sobre suas práticas e saberes também a partir da atenção direta aos usuários.

Por fim, através dessa experiência no estágio curricular foi possível constatar que a Terapia Comunitária é uma metodologia de intervenção na Atenção Básica que possibilita a promoção do cuidado em saúde, oferecendo à comunidade a oportunidade de expressar sentimentos

e relatar situações promotoras de adoecimento, a fim de amenizar o seu sofrimento psíquico, melhorar sua autoestima e resiliência, aprender a superar conflitos familiares e sociais, por meio da construção de vínculos comunitários.

A experiência da Terapia Comunitária teve como resultado a promoção da saúde e a qualidade de vida dos usuários, os quais puderam ampliar a sua percepção da realidade e ressignificar suas experiências, buscando estratégias de enfrentamento para as situações do cotidiano. Portanto, a Terapia Comunitária deve ser efetivada e expandida na rede de atenção à saúde, por ser uma ferramenta leve e eficaz de cuidado, proporcionando com isso uma assistência humanizada de forma holística e a ampliação do acesso a essa metodologia para a população que utiliza os serviços de saúde pública no Brasil.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Organização do texto: Juarez de Oliveira. 4.ed. São Paulo: Saraiva, 1990. 168p. (Série Legislação Brasileira).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PMNPC. Brasília: MS, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Diretrizes do NASF. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. (Caderno de Atenção Básica, n. 27).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Núcleo de Apoio à Saúde da Família - Volume 1. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. (Caderno de Atenção Básica, n. 39).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

ANDRADE, L. O. M. et al. O SUS e a Terapia Comunitária. Fortaleza/CE: MS, 2008.

BARRETO, A. Terapia comunitária passo a passo. Fortaleza: Gráfica LCR; 2005.

CORDEIRO, R.C.; AZEVEDO, E.B.; SILVA, M.S.S. et al. Terapia comunitária integrativa na estratégia saúde da família: análise acerca dos depoimentos dos seus participantes. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 9, n. 2, p. 192-201, ago./dez. 2011.

FREIRE, P. Pedagogia do Oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra; 1987.

MINAYO, M. C. S. Pesquisa Social - teoria, método e criatividade. 22. ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

NASCIMENTO, M.V.N.; LEITE, C.C.A.; RODRIGUES, B.S. et al. Práticas Integrativas em Saúde: Uma experiência da terapia comunitária na atenção básica. Revista de Enfermagem, UFPE on line; out. 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Basic documents. 39^a ed. Geneve: WHO, 1992.