

TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA COMO PRÁTICA LIBERTADORA

Glebson Costa Alves (1); Gislaine Luciana da Silva Araújo (1); Aline Pacheco Eugênio (2)
Ramilton Marinho Costa (3); Eliane Medeiros Costa (4)

Universidade Federal de Campina Grande – glebsoncostaalves@gmail.com (1)

Universidade Federal de Campina Grande – gislaineluciana20@gmail.com (1)

Universidade Federal de Campina Grande – alinepacheco@hot.com.br (2)

Universidade Federal de Campina Grande – ramiltonm@gmail.com (3)

Universidade Federal de Campina Grande – eliane.costa1@ufcg.edu.br (4)

INTRODUÇÃO

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) surgiu em 1987 na favela de Pirambu, em Fortaleza – CE através de práticas de rodas de TCI. Através da Universidade Federal do Ceará (UFC) e do Movimento Integrado de Saúde Mental (MISMEC – CE). O primeiro Manual do Curso de Terapia Comunitária foi organizado pela Pastoral da Criança e distribuído nos cursos de Terapia Comunitária Integrativa (MARTINI, 2016). Foi idealizada pelo professor Adalberto Barreto, médico psiquiatra. Segundo Barreto (2013), a compreensão dos transtornos psiquiátricos tem sofrido reformulações. Na idade média era compreendida de forma mística/religiosa. Já nos séculos XIX e XX houve mudanças significativas ao que tange ao acolhimento como psicanálise, psiquiatria, ciências sociais, antropologias, estudos das comunidades. Atualmente há uma visão mais humanitária das pessoas compreendendo o sofrimento mental como patologias das interações, da desagregação familiar e da fragmentação comunitária.

Conforme Sá et al. (2012) o modelo biomédico, ainda atualmente presente no cuidado à saúde, não observa o contexto social, espiritual e cultural que o indivíduo se encontra, e, portanto, direciona a conduta apenas para o controle das manifestações clínicas. Com isso, o Projeto de TCI se propõe a oferecer um espaço de partilha, do sofrimento e descobertas, privilegiando o saber, a competência construída pela experiência de vida de cada um. Estimulando o grupo a “consolidar vínculos” e “empoderar-se para criação gradual da consciência da origem e das implicações sociais da miséria e do sofrimento humano, sobretudo para que descubram suas potencialidades terapêuticas transformadoras”.

De acordo com MARTINI (2016), dentro do serviço público, as rodas acontecem nas Unidades Básicas de Saúde, espaços alternativos como praças, varandas das casas, fundo das Unidades Básicas de Saúde, escolas, centros comunitários e no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Demonstrando que a terapia pode ser desenvolvida em qualquer espaço que possa reunir um grupo de pessoas e assim desenvolver as rodas. MARTINI (2017) afirma que a TCI se consolidou como estratégia indispensável para o resgate dos vínculos de amizade, vínculos familiares, profissionais e sociais, evidenciando uma intervenção positiva para atender a população.

Com isso, foi surgindo no processo de cuidado a valorização de conceitos como acolhimento, humanização, e que apontam as soluções dos problemas, por meios não convencionais, mas pelo diálogo, fé, grupos de apoio e outras formas de promover o bem-estar. Tudo isso faz com que o processo saúde/doença receba atenção especial, criando vínculos de responsabilidade entre os sujeitos comunitários. O que contribui para o fortalecimento da saúde mental da população, através das suas competências e formação de uma rede de apoio (BARRETO, 2014).

Diante do exposto, este estudo tem por objetivo relatar a experiência de rodas de TCI com os profissionais do município de Nova Palmeira-PB.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa descritiva, desenvolvido a partir das vivências do Projeto de Extensão Universitária intitulado: “A terapia comunitária integrativa como prática libertadora”, vinculado a Universidade Federal de Campina grande, campus Cuité, tendo como finalidade sensibilizar os profissionais de saúde dos segmentos do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS), Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), Centro de Educação Popular (CENEP) para atuar a Terapia Comunitária Integrativa – TCI. No intuito de promover a realização de um trabalho de saúde mental, preventiva e curativa procurando engajar todos os elementos culturais e sociais ativos na comunidade, dando ênfase no trabalho de grupo de forma que atenda a população do município de Nova Palmeira-PB.

Os cenários em que as atividades aconteceram foi no Centro de Educação Popular (CENEP) e a Associação de Desenvolvimento Comunitário de Nova Palmeira (ADECONP), onde teve início no mês de junho de 2017, a equipe era composta por 8 pessoas, sendo 4 discentes do curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro de Educação e Saúde e 2 técnicos e 2 docentes, os

encontros ocorreram no mês de junho no turno da manhã e no mês de agosto a tarde, o público alvo eram profissionais da cidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto “A terapia comunitária integrativa como prática libertadora” iniciou-se no mês de junho com a primeira roda de terapia comunitária no CENEP onde a co-terapeuta realizou uma dinâmica de acolhimento com o total de 32 participantes para promover vínculo, confiança e interação entre o grupo, também bem foi explicado às regras que se devem seguir durante todo o momento da terapia comunitária que são elas: fazer silêncio quando outro indivíduo estiver falando, falar sempre na primeira pessoa, não dar conselhos, não contar segredos, e ter respeito durante a fala de outros indivíduos.

Em seguida, para ser desenvolvida a roda, a terapeuta seguiu com as etapas da TCI, onde os participantes foram orientados a expor situações que estivessem lhe deixando aflitos, cheios de anseios, angústias, sendo assim revelaram situações como medo de falar em público, timidez e ansiedade, posteriormente foi feita a votação, onde só podia escolher 1 tema que mais se identificasse, escolhendo-se o último. Diante disso, Moura et al. (2014) refere que o estilo de vida atual está com um ritmo cada vez mais veloz de trabalho, a rotina exacerbada, o estresse e o acontecimento de situações conflituosas estão mais presentes nos dias atuais e são condições que geram ansiedade, afetando a saúde das pessoas como um todo. Posteriormente, ocorreu a etapa da contextualização, onde acontece um aprofundamento da temática escolhida, sendo relatado pela participante que teve seu tema escolhido os problemas enfrentados através da ansiedade, como os prejuízos na sua vida profissional e pessoal, criação de expectativas com as situações do futuro, preocupações em excesso e os medos em enfrentar as circunstâncias que a vida lhe traz.

Na problematização, os participantes da roda podem compartilhar experiências pessoais que pudessem servir como estratégias de enfrentamento como traz Giffoni et al. (2015) que é comum nos encontros de TC os integrantes falarem de momentos de superação. As experiências de vida, podem caracterizar o poder resiliente de cada um. Sendo alguns aspectos comentados nesse momento como questões de fortalecimento pessoal, utilizando de estratégias como falar em frente ao espelho, buscar apoio em redes solidárias como amigos, recorrer os serviços de saúde como o CAPS, terapias medicamentosas ou procurar práticas integrativas e complementares como Reiki, Yoga, trabalhar a respiração, e realizar atividades manuais. Na conclusão/finalização da roda de

terapia cada participante relatou sobre o que absorveram da roda de terapia comunitária: “alegria”, “confiança”, “esperança” e “união”.

A segunda roda de TCI ocorreu no mês de agosto na ADECONP com um total de 16 participantes, os temas para votação foram conflitos familiares, angústia e perda de entes queridos, sendo o último mais votado e assim escolhido. Assim, os sentimentos de incapacidade, são atributos da perda; além disso, provocam a desorganização que acomete os indivíduos que perderam um ente querido, sendo importante salientar como é difícil a aceitação, a fase de readaptação em preencher o vazio que a pessoa querida deixou (BASSO; WAINER, 2011).

Na contextualização a participante do tema mais votado, discorreu mais sobre essa angústia e relatou saudade, sentimento de impotência e culpa. Em seguida na problematização ocorreu a partilha de experiências individuais pelos participantes da roda que poderiam ajudar ao enfrentamento do tema escolhido como: se despir da culpa, fortalecer a fé, ver as pessoas que partiram como anjos, fazer uma carta de despedida e deixar só as boas lembranças, por fim na conclusão/finalização os relatos que cada participante levou do momento foi: “coragem”, “fé”, “gratidão”, “leveza”, “tranquilidade”, “paciência”, “alívio” e “resiliência”.

Diante das duas rodas, foi observado que na primeira havia um bloqueio, pois era o primeiro encontro e as pessoas não se sentiam muito à vontade para relatar suas experiências e segundo Filha et al. (2009) o alívio do sofrimento é reconhecido quando o indivíduo que sofre percebe que a dor diminui quando é compreendida na sua expressão oral. Portanto, na segunda roda já interagiram melhor, pois já havia um vínculo que possibilitou o compartilhamento de suas vivências com o grupo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o desenvolvimento das rodas de Terapia Comunitária Integrativa, foi possível analisar que proporciona alívio e conforto tanto para que esteja relatando sua fragilidade como para outras pessoas que fazem parte da roda, um momento de oportunidades para trocar experiências e algumas formas de lidar diante de algumas situações vivenciadas. Possibilitando assim, um vínculo entre os participantes, formando um grupo de pessoas receptivas, que apoiam o outro, consolidando a TCI.

Com as rodas, ficou evidente que as pessoas tiveram dificuldades para expressar seus sentimentos de imediato, mas que aos poucos foram observando os benefícios que o diálogo

possuía, sendo debatidos os temas mais votados promovendo a interligação de situações, onde a pessoa se reconhece de alguma forma no problema do outro.

Por fim, com a TCI foi possível ver o fortalecimento da autoestima, a possibilidade de aprender um com o outro melhorando as estratégias de enfrentamento dos seus anseios, melhorando seu sofrimento em todos os âmbitos de suas vidas.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, F. B., et al. Promoção da saúde mental do idoso na atenção básica: as contribuições da Terapia Comunitária. **Texto Contexto Enferm.** Florianópolis, v. 1, n. 1, p.129-136, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v19n1/v19n1a15>>. Acesso em: 15 ago. 2017.

BARRETO, A. **A Terapia Comunitária Integrativa no cuidado da saúde mental.** Brasília. Editora Kiron. 2013.

BARRETO, A. P. **Manual cuidando do cuidador.** Fortaleza. 2014.

BASSO, L. A; WAINER, R. Luto e perdas repentinas: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. **Rev. bras.ter. cogn.** Rio de Janeiro, v.7 n.1. 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872011000100007>. Acesso em: 15 ago. 2017.

FILHA, M.O.F. et al. A Terapia Comunitária como estratégia de promoção à saúde mental: o caminho para o empoderamento. **Rev. Eletr. Enferm.**, v.11, n.4, p.964-70, 2009. Disponível em: <https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v11/n4/pdf/v11n4a22.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2017.

FILHA, M.O.F; LAZARTE. R; BARRETO, A.P. Impacto e tendências do uso da Terapia Comunitária Integrativa na produção de cuidados em saúde mental. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 17, n. 2, p. 172-7. Disponível em:<<https://www.fen.ufg.br/revista/v17/n2/pdf/v17n2a01.pdf>>. Acesso em: 15 ago. 2017.

GIFFONI, F.A.O, et al. Terapia Comunitária como intervenção na Saúde Mental. **Id on Line REVISTA DE PSICOLOGIA**, v. 9, n. 28, p. 61-70, 2016. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/365>>. Acesso em: 15 ago. 2017.

MARTINI, M.G.P. Reflexões sobre a prática da Terapia Comunitária Integrativa no contexto dos CAPS. **Temas em Educação e Saúde**, v.9. 2017. Disponível em:<<http://seer.fclar.unesp.br/tes/article/view/9590>>. Acesso em: 15 ago. 2017.

MARTINI, M.G.P. Terapia comunitária integrativa (TCI) no Paraná: um “planeta étnico” em cada roda. **Temas em Educação e Saúde**, v. 12, n. 2, p. 183-197, 2016. Disponível em:<<http://piwik.seer.fclar.unesp.br/tes/article/view/10227>>. Acesso em: 15 ago. 2017.

SÁ, A. N. P., et al. Conflitos familiares abordados na terapia comunitária integrativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. Goiânia, v. 14, n. 4, p.786-793. 2012. Disponível em: <https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v14/n4/pdf/v14n4a06.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2017.

