

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1075 - 1/4

EXPERIÊNCIA GRUPAL EM PRÁTICAS DE PREVENÇÃO À SAÚDE
MENTALSilva, Darlan dos Santos Damásio¹Almeida, Janaina Daniela Marinho Houly de²Costa, Karine Bezerra³Jorge, Jorgina Sales⁴Lira, Yanna Cristina Moraes Santos⁵

Trata-se de um relato de experiência vivenciada pelos acadêmicos do curso de enfermagem durante a realização do projeto de extensão “Experiência Grupal em práticas de prevenção a saúde mental”. O trabalho foi proposto pela área de estudos de enfermagem em saúde mental da Universidade Federal de Alagoas e integra a linha de extensão “saúde da família” com a finalidade de aproximar saúde mental e atenção básica. As ações de extensão foram desenvolvidas tomando como referência as diretrizes e princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), que traz uma nova conceituação da saúde e nos direciona para um cuidar integral e equânime. Contrapondo-se, o Estado capitalista, altamente especializado, tenta manter as tecnologias de alta complexidade acima dos procedimentos que exigem recursos da comunicação, e principalmente da escuta qualificada. Pensando no resgate deste cuidar, sem foco em especialidades, o SUS tem implantado programas de atenção básica voltados para a família, ampliando significativamente o acesso da população à assistência de saúde. No entanto, segundo Lyra (2007), observa-se um grande problema na atuação dos profissionais da rede básica: a maioria dos profissionais se especializa em

¹Estudante do 2º período de graduação em enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, darlan.ds@hotmail.com

²Estudante do 8º período de graduação em enfermagem da Universidade Federal de Alagoas.

³Estudante do 8º período de graduação em enfermagem da Universidade Federal de Alagoas.

⁴Enfermeira do CAPSad Dr Everaldo Moreira, Especialista em Enfermagem em Urgência e Emergência, professora da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas.

⁵Enfermeira da Gerência de Saúde Mental do Estado de Alagoas, Especialista em Enfermagem em Saúde Mental, professora da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1075 - 2/4

determinadas áreas perdendo o foco da integralidade, passando a sentir angústia, medo e frustração ao atuar como generalistas. Instruir e formar profissionais habilitados a atuarem neste nível de atenção, torna-se prioridade. Para tanto, a implementação de ações de prevenção é cada vez mais necessária, pois a saúde deve estar pautada no modelo de redes sociais e comunitárias, quanto mais investimentos nos cuidados básicos, menor o gasto com a saúde em nível terciário (OMS, 2001). O desenvolvimento de ações de saúde mental em nível primário, a fim de prevenir o adoecimento do ser, necessita de poucos recursos tecnológicos para proporcionar resultados positivos visíveis na saúde física e emocional do indivíduo e devem estar inseridas no cotidiano da assistência nas Unidades Básicas de Saúde. Na realização destas ações, os profissionais podem utilizar métodos de trabalho como os grupos terapêuticos, uma vez que esses proporcionam troca de experiências entre seus membros. Ressaltamos que, para os profissionais aprimorarem suas habilidades na liderança de grupos terapêuticos é importante o conhecimento de si, através de vivências em processos grupais para facilitar a intervenção com o outro. Destarte, delineamos como objetivo deste trabalho **proporcionar vivências em grupo que facilitem o processo de trabalho preventivo em saúde mental na comunidade**. O projeto realizou-se na Universidade Federal de Alagoas e Unidade Básica de Saúde (UBS), no período de março a junho de 2009. Os participantes foram 7 graduandos (6 de enfermagem e 1 de psicologia), 4 professoras, 4 profissionais e 12 usuários da UBS. O trabalho desenvolveu-se em duas etapas: a primeira com os estudantes, e a segunda com os usuários e profissionais da unidade básica de saúde. Os estudantes durante 8 encontros semanais foram preparados para facilitar grupos através de dinâmicas, capacitações e compartilhamento de experiências de vida. Cada atividade semanal foi planejada a partir das seguintes temáticas: exercitando a liderança do “eu”, cultivando a vida e a si mesmo, preocupando-se menos, libertando a criatividade, gerenciando os pensamentos, administrando a emoção, lidando com o medo e as perdas, a arte da comunicação e da relação com o outro, cultivando a harmonia e a inteligência espiritual. As atividades desenvolvidas na Unidade de Saúde compreenderam 5 encontros semanais, sendo o primeiro para apresentação do projeto aos profissionais e os seguintes para facilitação de grupos com os usuários e

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1075 - 3/4

profissionais a partir das temáticas escolhidas pelos graduandos diante das especificidades apresentadas pelos participantes. As temáticas escolhidas foram: ser feliz, usando o estresse a seu favor, superando o medo, trabalhando o “eu” para lidar com as emoções e vivendo com otimismo. A participação nos encontros permitiu adquirir diversos conhecimentos para desenvolver trabalhos de grupo, também nos propiciou o aprimoramento de habilidades como autoconfiança, autoconhecimento, escuta qualificada e capacidade de liderança, possibilitando a percepção enquanto integrante do grupo e a expressão dos sentimentos intrínsecos. Percebemos em nós, mudanças interiores e valorização das pequenas coisas da vida, a partir das reflexões em grupo, esses aspectos refletiram diretamente na segunda etapa do projeto. Facilitar o processo de grupo na UBS foi bastante gratificante, através de alguns relatos pudemos observar a satisfação dos usuários de ter vivenciado os grupos que planejamos. Os usuários revelaram que as atividades desenvolvidas ajudaram-lhes no aprimoramento como pessoa sendo capaz de entender melhor o outro, reforçando sentimentos de tranquilidade, otimismo, perseverança e amizade, ainda nos trouxe que, ao término do grupo, aliviavam suas tensões e sentiam-se mais preparado para a rotina da semana. Porém, durante a execução do projeto identificamos algumas dificuldades, como inadequação do ambiente disponibilizado pela UBS comprometendo a privacidade e a concentração dos participantes, bem como a divulgação insuficiente do projeto pelos profissionais da UBS, acarretando a participação de um número reduzido de usuários. Nas expressões do grupo evidenciamos alguns transtornos mentais já estabelecidos em alguns usuários, caracterizando necessidade de uma intervenção em serviços especializados, tendo em vista a complexidade dos sinais e sintomas apresentados. Concluímos que esta experiência foi importante para todos os envolvidos à medida que propiciou o fortalecimento de vínculos terapêuticos e mostrou que a reflexão em grupo contribui para ampliação das possibilidades de atuação em nível primário frente ao sofrimento mental. Estes recursos de vivências grupais promovem ambientes saudáveis e favorecem a melhoria da qualidade de vida para efetivação da integralidade no cuidado a saúde.

Descritores: Atenção Básica, Saúde Mental, Prevenção primária.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1075 - 4/4

BIBLIOGRAFIA:

- TOWNSEND MC. *Enfermagem psiquiátrica conceitos de cuidados*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002
- SCÓZ, T.M.X.; FENILI, R.M. – Como desenvolver projetos de atenção à saúde mental no programa de saúde da família. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v.5, n.2, p. 71 – 77, 2003. Disponível em <http://www.fen.ufg.br/revista>.
- CURY, Augusto. *Doze semanas para mudar uma vida*. São Paulo: Academia de Inteligência, 2007.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. *Relatório de saúde mental no mundo / Organização Mundial de Saúde – Ano 2001*. Tradução Brasília: Ministério da Saúde, 2001
- LYRA, M.A.A. *Desafios da saúde mental na atenção básica*. In FIGUEIREDO, A.C. *Cadernos de Saúde mental na atenção básica revista de atenção básica*. Rio de Janeiro: UFRJ/IPUB, 2007.