

# POTENCIALIDADES DA TERAPIA EM GRUPO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

**AUTORES**

Edilza Conceição Souza

**EIXO TEMÁTICO**

Saúde Mental e Humanização

**INSTITUIÇÃO**

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM), UBS Jardim Caiçara, São Paulo, Brasil

## INTRODUÇÃO

Uma das estratégias utilizadas para o desenvolvimento das ações multiprofissionais na atenção primária à saúde são as práticas de atendimento em grupo. Estudos na área de saúde têm apontado uma parcela bem significativa das pessoas em sofrimento emocional. Diante da demanda de usuários portadores desses sintomas tornou-se necessário dentro da Estratégia Saúde da Família a criação de um grupo terapêutico em saúde mental.

## OBJETIVO

Ofertar um espaço de acolhimento e escuta terapêutica. Possibilitando que o paciente de forma segura aprenda a expressar suas necessidades e lidar com possíveis conflitos. Melhorar suas habilidades diante de seu sofrimento psíquico.

## MÉTODO

Grupos de terapia na unidade iniciaram em agosto de 2023. Acontecem quinzenalmente com duração de uma hora em um espaço dentro do território da UBS. O grupo é aberto e na sua maioria são pacientes acompanhados pela equipe da Estratégia Saúde da Família, que após avaliação são encaminhados para acompanhamento psicológico. Nas sessões, os temas trazidos são abordados de forma interativa em que os participantes compartilham as suas experiências de vida e sofrimentos. O grupo é conduzido por uma psicóloga, com participações eventuais de outros profissionais da UBS.

## CONCLUSÃO

A terapia em grupo, associada a técnicas cognitivo-comportamentais, pode ser eficaz no manejo dos sintomas de ansiedade e sintomas depressivos, constituindo-se em uma ferramenta muito útil e importante no tratamento desses distúrbios dentro da Estratégia Saúde da Família.

## RESULTADOS

Além da importância do cuidado e um olhar para a saúde mental, esses encontros terapêuticos potencializam a relação pessoal e interpessoal do paciente. Ao longo dos encontros, foi possível observar os pacientes sendo beneficiados pelo grupo, com o uso de técnicas de relaxamento, psicoeducação e trocas de experiências. Nos grupos observou-se a importância da compreensão, da empatia, da flexibilidade, e o impacto das crenças e singularidades socioculturais de cada um.