



1º ENCONTRO DE SAÚDE MENTAL



TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA FORTALECENDO AS POTENCIALIDADES DOS COLABORADORES

EIXO TEMÁTICO:

Clinicas e Práticas de Cuidado em Saúde Mental

AUTORES:

Ivone Moreira da Silva
Edilza Conceição Souza

UNIDADE DE SAÚDE:

UBS Jardim Caiçara

Introdução

A Terapia Comunitária Integrativa é definida como um ato terapêutico de grupo, podendo ser realizado com qualquer número de pessoas e de qualquer nível socioeconômico. A resiliência é o destaque por ser um processo em que o indivíduo encontra em si mesmo o seu potencial para superar as dificuldades da vida. Transformando a "carência em competência", valorizado pela formação de vínculos de apoio e de estímulo da comunidade, despertando e reforçando a autoestima, autoconfiança das pessoas e o fortalecimento dos laços familiares e sociais. Pensando neste tão valioso processo terapêutico e colaboradores tão expostos a vulnerabilidade do seu dia a dia com demandas profissionais e pessoais, foi-se criado as rodas de terapia comunitária integrativa na UBS Jardim Caiçara.

Objetivo

Ofertar um espaço de acolhimento e terapêutico para todos os colaboradores da unidade; possibilitar que cada um perceba o seu sofrimento para além dos sintomas; promover saúde através da construção de vínculos comunitários com diálogos, valorização da história de vida de cada participante e resgate da identidade. Além de restaurar a autoestima, ampliar a percepção do problema e as possibilidades de resolução.

Resultados

Além do cuidado com o cuidador, foi possível observar que ao oferecer um espaço de cuidado e de partilha, o colaborador sentiu-se pertencente a um grupo em que todos conseguiram se conectar, se beneficiar e valorizar o momento de estarem juntos. Percebeu-se a construção da resiliência, fortalecendo laços pessoais, construção de redes solidárias, trocas de saberes científicos e populares e trocas de experiências. A cada roda de conversa foram verbalizadas palavras com sentimento de "gratidão", "acolhimento", "esperança", "alívio" e "leveza".

