



ESCUTA ATIVA E EXPRESSIVIDADE NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Matheus Carlos Silva ¹
Sandra Patrícia de Oliveira Vilaça ²
Dayana Roberta da Silva ³
Jakeline Santos Menezes ⁴

RESUMO

Neste artigo, exploraremos inicialmente o conceito de escuta ativa e expressividade com fala e música. Compartilharemos um breve relato de experiência sobre como essa habilidade se encontra presente nas interações entre profissionais de saúde, sua importância para um processo de cuidado bem sucedido no encontro entre profissionais de saúde da equipe da Estratégia da Família (eSF), equipe eMulti (Equipe Multiprofissional) e pacientes. Durante uma reunião para discutir casos clínicos, foi observado a alta demanda de pessoas com ansiedade, depressão, necessidade de fala e escuta, sobrecarregando o profissional psicólogo, além de acarretar em excessivos encaminhamentos para unidade especializada e pouca resolutividade. Com objetivo de reduzir encaminhamentos para serviços especializados, fila de espera para atendimento individual e aumentar a resolutividade da Atenção Primária, foi criado o espaço de Escuta Ativa em Saúde Mental com expressividade na fala e música. Metodologia: Aplicou-se a estratégia da Escuta Ativa, na qual foram viabilizados momentos expressivos, sem julgamentos e emocionalmente acolhedores. Estes momentos contaram com a realização de atividades com música e dinâmicas criativas que promovessem a expressão de cada comunitário. Quando os indivíduos têm liberdade para se expressar, eles se apropriam mais do momento e da atividade, ganhando profundidade e vivenciando, desta forma, um momento que se distancia dos modelos verticais de educação em saúde, no qual o profissional fala e o comunitário apenas escuta as orientações. Nesta abordagem, focou-se em como construir juntos estratégias de promoção em saúde mental de forma leve e acolhedora, tirando-se o foco principal das doenças psiquiátricas. Resultados: É possível perceber que quando os usuários do SUS expressam seus sentimentos e os profissionais de saúde praticam a escuta ativa, pode-se sentir com o outro (e não pelo outro), possibilitando entender o sentimento do falante, suas questões e distorções cognitivas de pensamento. Através da música observou-se diversas manifestações dos usuários no tocante à sensação de bem-estar, melhora do raciocínio, da expressão corporal, da integração com os demais participantes e melhora do vínculo com a equipe, unidade de saúde e comunidade. Conclusões: Com um espaço no qual o usuário do SUS pode ser expressivo e escutado com empatia e vínculo, observa-se uma redução nos encaminhamentos para o serviço especializado, aumentando a resolutividade da APS, além da redução do tempo de espera por atendimento individual, longitudinalidade do cuidado, e melhora da percepção dos pacientes do manejo em situações de estresse com diminuição da ansiedade e depressão.

¹ Matheus Carlos Silva, Psicólogo eMulti Camaragibe, e-mail: math.c.a.silva@gmail.com ² Sandra Patrícia de Oliveira Vilaça, Nutricionista eMulti Camaragibe, e-mail: sp.vil.aca@hotmail.com ³ Dayana Roberta da Silva, Fisioterapeuta E-multi Camaragibe, e-mail: dayanarobertas08@gmail.com ⁴ Jakeline Santos Menezes, Fisioterapeuta eMulti Camaragibe, e-mail: Jackmene@hotmail.com

Referências: **DONDA D.C. LEÃO E.R.** A música como intervenção em projetos de saúde. Rev Esc Enferm USP. 2021; disponível em<doi: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2020002203715>> Acesso em: 1 dez. 2024. **OLIVEIRA, M.J.S. et. al.** A escuta ativa como estratégia de humanização da assistência em saúde. Revista Saúde e Desenvolvimento Humano, Canoas, v. 6, n. 2, 2018 disponível em: <http://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento>Acesso em: 1 dez. 2024.

Palavras-chave: grupo saúde mental; escuta ativa; expressividade; atenção básica; promoção da saúde

1 Matheus Carlos Silva, Psicólogo eMulti Camaragibe, e-mail: math.c.a.silva@gmail.com 2 Sandra Patrícia de Oliveira Vilaça, Nutricionista eMulti Camaragibe, e-mail: sp.vil.aca@hotmail.com 3 Dayana Roberta da Silva, Fisioterapeuta E-multi Camaragibe, e-mail: dayanarobertas08@gmail.com 4 Jakeline Santos Menezes, Fisioterapeuta eMulti Camaragibe, e-mail: Jackmene@hotmail.com