
**APOIO AOS RESPONSÁVEIS PELOS ASSISTIDOS DA SAÚDE MENTAL NO
CAPS INFANTIL**

Roselane Dantas Rodrigues; Tânia Mara Santos da Paz; Maria Lucia de Paula Tavares de Oliveira;
Prof.^a Orientadora: Ms. Gislaine Lima da Silva
enalesor@gmail.com

Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium de Lins

Introdução:

A formação em psicologia é composta por fases onde os alunos adquirem conhecimentos teóricos e depois os colocam em prática por meio dos estágios supervisionados. É nessa fase que ocorre a fixação do conteúdo por meio de sua aplicação em contextos reais, que podem ser os mais diversos, o que é essencial para a formação do profissional desta área. Esse trabalho é um relato da experiência de Estágio de Núcleo Básico desenvolvido no ano de 2024 com responsáveis dos pacientes atendidos no CAPS infantil.

Considerando a importância de oferecer suporte para os acompanhantes dos atendidos e disponibilizar um espaço de compartilhamento de conhecimentos sobre saúde mental a proposta vem de encontro com a demanda institucional na promoção de um espaço de troca de experiências e de escuta qualificada. Com base na proposta de Meneghel et al. (2004) que enfatiza a importância promover um espaço de fala e fortalecimento de auto estima utilizou-se de dinâmicas de autoconhecimento, jogos pedagógicos e vídeos motivacionais na interação entre os pais.

A priori, os clientes que estão na sala de espera não constituem um grupo propriamente dito, mas um agrupamento. Geralmente, as pessoas que se encontram neste espaço não se conhecem e nem mantêm um vínculo estável. Entretanto, quando essa atividade se instala pela iniciativa dos profissionais de saúde, comumente, forma-se um trabalho de grupo, de modo singular e específico para aquele contexto. A composição das pessoas em grupo é mantida, naquele momento, pela iniciativa dos expositores que iniciaram o processo participativo de educação em saúde. (TEIXEIRA, E. Rangel; VELOSO, R. Coutinho, 2006, p. 2).

A ênfase foi em auxiliar os pais e responsáveis com informações que pudessem tornar as dificuldades e encargos do cotidiano mais leves e funcionais a cada demanda familiar. Oferecer orientações quanto aos cuidados e a interação com a saúde mental, proporcionando momentos de reflexões, relaxamento e a consciência de sua existência e importância como pessoa.

No processo de adoecimento, além do paciente, as pessoas que estão ao seu redor tendem a ter maiores desgastes físicos e emocionais, tornando-se mais frágeis, podendo levar a um período de adoecimento mais longo e/ou permanente (Porto & Lustosa, 2010). Nessa convivência, em consequência de todos os fatores envolvidos, os familiares que cuidam da pessoa em sofrimento mental tendem a experimentar sobrecarga física, psicológica, emocional, social e financeira manifestada nas atividades fora do contexto familiar refletindo-se na qualidade de vida de todos os membros (Cavalheri, 2010; Santos, Sousa, Bratinsil & Dourado, 2011, *apud* Gomes, Silva e Batista., 2018, p. 5).

Entende-se que a proposta favorece a saúde mental dos responsáveis, além de melhorar a qualidade de suas interações com os pacientes ao reconhecer os limites e dificuldades como algo inerente e compartilhado pelos demais participantes.

Objetivos:

Promover a conscientização dos pais e responsáveis pelos atendidos da saúde mental no CAPSi quanto as suas necessidades e fragilidades, estando este responsável por todas as demandas de uma pessoa que requer cuidados específicos conforme suas vulnerabilidades.

Conscientizar quanto a importância em se priorizar o cuidado de sua saúde física e mental, e dessa forma estar em condições de desempenhar sua função como cuidador com excelência.

Método:

Foram realizados dez encontros no período de 17 de setembro a 16 de outubro de 2024 com a duração de 3 horas cada, totalizando ao final 30 horas. Participaram da intervenção proposta, em média 15 familiares dos atendidos.

Os recursos utilizados foram: dinâmicas de grupo, jogos pedagógicos e vídeos motivacionais.

Iniciou-se o grupo com a proposta dos cuidadores anotarem em um caderno oferecido pelas estagiárias algo de bom que vivenciaram em cada dia de participação no projeto. Denominou-se o caderno de “Diário de gratidão”. Explicou-se a proposta e seus objetivos.

Primou-se em propiciar um ambiente acolhedor onde os responsáveis se sentissem seguros em falar de suas emoções e sentimentos sem se sentirem julgados; buscou-se ainda, fazê-los compartilhar suas experiências, trazendo um grande aprendizado para todos.

O trabalho em grupo propicia um ambiente terapêutico no qual a pessoa lida constantemente com questões interpessoais. E, segundo Cade (2001), além de cuidar do problema focal, permite explorar melhor as habilidades de relacionamento, os estilos de vida e o ajustamento social. Baseado na literatura, ele refere que essa intervenção possibilita vivências semelhantes às situações do cotidiano por se constituir em um microcosmo social que favorece a aprendizagem a partir da experiência do outro, possibilitando encontrar soluções para os problemas apresentados (SANTANA et al., 2014, p. 48).

As dinâmicas foram desenvolvidas respeitando-se o tempo de cada participante, procurou-se sempre fazê-los se sentir respeitados e acolhidos, pois o cuidador se cobra a ponto de adoecer e, esse projeto deu uma base que os fez entender que precisam estar saudáveis para cuidarem com qualidade, desfrutando de bons momentos com aqueles que cuidam.

Foram utilizadas outras dinâmicas como: a dinâmica do monstro, a dinâmica da borboleta. A dinâmica do Monstro permitiu que entendessem que todos têm suas dificuldades e que a sua não é maior que a do outro, podem ser apenas diferentes, de acordo com as experiências de cada um; também praticaram a empatia quando tiveram de montar o quebra cabeça confeccionado com o monstro feito pelo colega; a dinâmica da Borboleta mostrou que não podemos interferir na vida do atendido a ponto de atrapalhar seu desenvolvimento e, ao fazer o origami, perceberam que são capazes de superar dificuldades. Cada dinâmica permitiu que expusessem suas emoções, experiências e dúvidas e, o apoio dado pelas estagiárias, fez com que se sentissem amparados e aceitos. Nas dinâmicas foram utilizado papel, lápis, tesoura, colagem, roda de conversa e depoimento à frente dos demais.

Alguns cuidadores, mais tímidos, esperavam o final do encontro para vir compartilhar sua experiência com as estagiárias.

A abordagem utilizada foi a Teoria Cognitivo Comportamental, já trabalhada na Instituição com os atendidos, e que, permite um retorno dentro do tempo de duração do projeto.

Resultados e Discussão:

Este projeto dedicou especial atenção à conscientização sobre o “cuidado com o cuidador”, como aborda Costa et al. (2021) ao argumentar sobre o adoecimento de quem cuida da pessoa idosa, discutindo temas relevantes e sensíveis de forma ética, adequada e empática, atendendo as reais expectativas dos participantes. As atividades semanais foram planejadas e executadas para promover o entendimento sobre o adoecimento mental e físico dos cuidadores.

Os cuidadores ficavam aguardando seus entes serem atendidos e não interagiam entre si, mal se conheciam; esse projeto proporcionou o entrosamento entre eles e um tempo de qualidade onde puderam deixar suas preocupações de lado e focaram em si mesmos, coisa difícil de ocorrer com cuidadores que, se sentem na obrigação de dedicar tempo integral àquele que está sob seus cuidados; entenderam que este tempo de qualidade permite um alívio e diminui a probabilidade de adoecimento/sofrimento mental.

Durante os encontros, que incluíram dinâmicas, rodas de conversas e atividades práticas, os participantes puderam falar sobre suas dúvidas, emoções e sentimentos, contribuindo para a construção de um ambiente harmônico e acolhedor, onde relatavam suas vivências e as lições

aprendidas como a de não infringir seus próprios limites, de se atentar as coisas positivas em sua volta, a compreensão disso e de outras questões sofridas pelo cuidador foram abordadas com o intuito de ajudá-los a superá-los pelo conhecimento, gerando dessa forma o desejo do enfrentamento e conseqüentemente a superação.

A cada novo relato de algum participante, aumentava o desejo dos demais em participar e contar igualmente sua história de vida e cuidados, com alguma resistência foram se soltando à medida que o tempo avançava, e no último dia de encontro foram registrados os mais impactantes relatos de quem apenas observou ao longo do projeto. A comunicação entre as pessoas envolvidas no cuidar, foi fundamental em todos os encontros, pois, reafirmavam ou desmistificavam algumas estratégias usadas no manejo com seu ente cuidado.

O encontro final foi sem sombra de dúvidas o mais revelador em resultados, as mensagens foram visivelmente assimiladas e aceitas pelos participantes, a constatação de suas fragilidades e expectativas futuras se igualaram nos relatos da grande maioria, a fala solta que antes era contida se fez presente nesta conclusão do projeto, participantes que somente neste último dia resolveram falar de suas percepções positivas/negativas em seu cotidiano, tiveram a clareza de que ao escrever no seu diário da gratidão, portavam muito mais coisas positivas do que as negativas para relatar. Interviram, durante as declarações feitas pelos demais participantes, falando sobre as próprias experiências, reviram alguns conceitos sobre sua história de vida. Todos relataram sobre as percepções que tiveram diante das dinâmicas oferecidas, pontuando em qual delas mais se identificaram.

Este projeto mostrou a eficácia do trabalho com cuidadores, onde, na maioria das vezes, suas necessidades passam despercebidas. Para eles, um momento de acolhimento, aprendizado e sentimento de pertencimento; para a Instituição, a confirmação da necessidade da continuidade de projetos como este e, para as estagiárias, crescimento pessoal e profissional.

Conclusão:

O fato de ser cuidador de alguém com transtorno mental exige dedicação exclusiva fazendo com que frequentemente ele deixe seu trabalho, compromissos, sua vida, para se dedicar ao cuidado de seu ente querido.

Além de ter de enfrentar a nova rotina, existe o preconceito e o estigma da sociedade com a doença mental, o que traz aflição e preocupação para o cuidador, podendo causar sofrimento/adoecimento mental.

O conceito de sobrecarga envolve duas dimensões: objetiva e subjetiva. A primeira refere-se às conseqüências negativas observáveis geradas pelo papel de cuidador, como alterações na rotina, diminuição da vida social e profissional, perdas financeiras, realização de tarefas, entre outros;

a segunda se trata do aspecto subjetivo da sobrecarga que remete às percepções, preocupações, sentimentos negativos e incômodo gerados por se tornar cuidador de um paciente psiquiátrico (Barroso, Bandeira & Nascimento, 2007; Kebbe, Rôse, Fiorati, & Carretta, 2014 *apud* Gomes, M. L. P., Silva, J. C. B. da, & Batista, E. C., 2018, p.05).

A citação confirma a necessidade de apoio emocional aos cuidadores, oferecendo orientações e acolhimento para que não deixem suas vidas de lado, mas que, reservem um momento para alguma atividade que lhe proporcione bem-estar, pois isso refletirá na qualidade do cuidado ofertado ao seu ente.

Concluiu-se neste projeto que existe um grande déficit de atenção e considerações a serem feitas, às pessoas que cuidam de outras pessoas, sejam elas familiares ou profissionais da área. Diante do exposto, compreenderam-se alguns aspectos de suma importância quando o assunto é o adoecimento de quem cuida. É imprescindível que cuidadores e pessoas que recebem cuidados sejam respeitados conforme sua individualidade, que sejam revistas suas prioridades e particularidades da vida de cada um antes de se determinar o plano de cuidar. Fatores cruciais que precisam ser levados em considerações na contratação ou ao determinar o familiar que irá cuidar, como a trajetória pessoal, valores e expectativas que devem ser amplamente avaliados e que costumam fazer grande diferença para a pessoa cuidada e o cuidador.

Ponderando todos os aspectos mencionados neste artigo, primar pela saúde do cuidador é uma forma de evitar os impactos negativos que refletirão diretamente na pessoa cuidada, este olhar mais aprimorado ao cuidador se torna medidas preventivas no enfrentamento do adoecimento físico e mental de todos os envolvidos.

Referências:

COSTA, Ana Carolina de Oliveira et al., Psicoterapia em grupo para cuidadores. In: LOUREIRO, Júlia Cunha; PAIS, Marcos Vasconcelos; FORLENZA, Orestes Vicente. **Práticas para a Saúde Mental do Cuidador**. Barueri: Editora Manole, 1ª edição, 2021.

GOMES, Maria Lovâni Pereira; SILVA, José Carlos Barboza da; BATISTA, Eraldo Carlos. **Escutando quem cuida:** quando o cuidado afeta a saúde do cuidador em saúde mental. *Revista Psicologia e Saúde*, Campo Grande, v. 10, n. 1, p. 3–17, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.20435/pssa.v10i1.530>. Acesso em 22 jul. 2025.

MENEGHEL, Stela N. et al. **Cotidiano ritualizado:** grupos de mulheres no enfrentamento à violência de gênero. Temas Livres . Ciênc. saúde coletiva, v. 10, n. 1, p.111-118, 2005 . Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232005000100018>. Acesso em 22 de jul. 2025.

SANTANA, Sueli de Melo; SILVA, Neuciane Gomes da; GONÇALVES, Diego Macedo; MELO, Maria Clara Miguel Descendente. **Intervenções em grupo na perspectiva cognitivo-comportamental:** experiências no contexto da clínica-escola. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 47–53, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20140007>. Acesso em: 22 jul. 2025

TEIXEIRA, Enéas Rangel; VELOSO, Raquel Coutinho. **O grupo em sala de espera:** território de práticas e representações em saúde. Texto contexto - enferm. Florianópolis, v. 15, n. 2, p. 320-325, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072006000200017>. Acesso em 22 de jul. 2025.