

**ESCUITA E ACOLHIMENTO: CAMINHOS DO PET-SAÚDE/EQUIDADE NA  
SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR**

*Larissa De Queiroz Muniz (lqmuniz@hotmail.com)*

*Ana Clara Moreira De Castro (claracastro@ufrj.br)*

*Jaqueline Rocha Borges Dos Santos (jaquero.c.jr@gmail.com)*

O Programa de Educação para o Trabalho para a Saúde (PET-Saúde/Equidade) tem como um de seus objetivos a troca interpessoal de experiências entre os alunos integrantes do programa e os moradores/trabalhadores do território. Diante disso, o Grupo Tutorial 4 do PET-Saúde/Equidade da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), no qual o eixo temático tange à saúde mental dos trabalhadores da saúde, subdividiu-se e promoveu ações de promoção de saúde mental nas Estratégias de Saúde da Família (ESF) do município de Seropédica. Desse modo, o presente trabalho trata-se de um relato de experiência das duas discentes envolvidas, que são do curso de Psicologia da UFRRJ. Foi construído, através de rodas de conversa quinzenais na ESF com as Agentes Comunitárias de Saúde (ACS), um espaço de troca, na qual as ACS eram as protagonistas. Sendo assim, as temáticas abordadas foram escolhidas pelas próprias trabalhadoras, voltadas ao que as mesmas percebiam como demandas do trabalho relacionadas ao adoecimento psíquico. Além das conversações advindas das rodas, as estudantes prepararam dinâmicas de grupo com as ACS. Dentre as atividades, destacam-se: “Eu nunca do trabalho”, cujo objetivo foi refletir as experiências vividas dentro do trabalho e o compartilhamento

entres elas de histórias relacionadas às situações apresentadas. Nessa dinâmica cada ACS ficou com os 10 dedos das mãos levantados enquanto uma das alunas lia as situações (exemplo: “Eu nunca fui confundida com médica ou enfermeira durante uma visita”. Caso a ACS já tivesse passado pela experiência, ela abaixava um dedo, caso não, continuava com eles levantados; e “Flor do autocuidado”, no qual as ACS foram solicitadas em desenhar uma flor com 4 grandes pétalas, no qual, em um segundo momento, iriam escrever o que elas têm feito para cuidar de si mesmas em cada uma das áreas representadas pelas pétalas, sendo elas: física, emocional/mental, profissional e social. Após o compartilhamento de algumas das respostas, percebemos que as agentes possuíam mais facilidade em “regar” a pétala que representa a vida social, e, em contrapartida, a maioria mencionou sentir dificuldades em “regar” a pétala da saúde mental. Nesse sentido, a realização e organização das rodas de conversas se mostraram essenciais nas formações em Psicologia das estudantes, uma vez que as proporcionou a oportunidade do exercício de escuta sensível e diálogo com as trabalhadoras, bem como a construção de vínculos e desenvolvimento de dinâmicas. Desse modo, a partir dos encontros, foi possível identificar questões do trabalho relacionadas à saúde mental das profissionais. Foram observados sentimentos comuns de sobrecarga física e mental, frustração por não atenderem às expectativas dos usuários, dificuldade em lidar com a falta de recursos da unidade, entre outros. Constatou-se, também, o quanto a união, a confiança e a amizade presente no grupo de agentes comunitárias contribuíram como potência no dia a dia das trabalhadoras. A parceria entre elas proporciona um ambiente de trabalho mais leve e divertido, tornando a jornada menos árdua. Sendo assim, apesar dos obstáculos que corroboram o sofrimento psíquico das trabalhadoras, existem também pontos que, se incentivados, podem atuar como fatores protetores de adoecimento no trabalho. Assim, ressalta-se que as rodas de conversa foram estratégias de promoção de saúde mental no território, proporcionadas pelo PET-Saúde/Equidade, de cuidado e valorização das trabalhadoras; somado à aprendizagem prática única na vivência acadêmica das estudantes envolvidas.

Palavras-chave: psicologia; relato de experiência; saúde mental.