

RESUMO EXPANDIDO ESTRUTURADO - SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR –
ABORDAGENS INTERDISCIPLINARES PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE
MENTAL, PREVENÇÃO E CUIDADO INTEGRAL

**A ESCUTA COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA COM AS ASSISTENTES
DE VELÓRIO DA FUNERÁRIA AFAGU DO GRUPO ANJO DA GUARDA EM
JUAZEIRO DO NORTE-CE**

Débora Tavares Machado De Lucena (deboratmachado@gmail.com)

Luiza Maria Vieira De Lima (luizalimacedro@gmail.com)

*Aline De Andrade Marques Brandão Da Fonseca
(370100866@prof.unijuazeiro.edu.br)*

Introdução

A atuação de assistentes de velório é marcada por desafios emocionais significativos, decorrentes do contato constante com a dor e o luto de familiares enlutados. Este ambiente de trabalho impõe uma carga emocional elevada, resultando em impactos psicológicos negativos. Segundo a psicóloga organizacional do Grupo Afagu em Juazeiro do Norte - CE, a ansiedade destaca-se como um dos principais sintomas ligados a essa demanda emocional, comprometendo o bem-estar e saúde mental desses profissionais, essa informação corrobora com Cardoso (2023) quando afirma que a exposição prolongada ao sofrimento alheio pode levar à "fadiga por compaixão", um estado de esgotamento emocional que eleva o risco de transtornos de ansiedade e depressão. Outros sintomas como insônia,

irritabilidade e desesperança são comuns nesses casos, conforme pesquisas de Hayasida e Assayag (2014).

Nesse contexto, a roda de conversa surge como uma ferramenta terapêutica de grande potencial para proporcionar um espaço seguro de escuta, troca de experiências e apoio emocional. Essa prática não só visa diminuir sintomas de ansiedade como também construir um ambiente de acolhimento e suporte mútuo,

onde as assistentes possam compartilhar dificuldades e estratégias de enfrentamento. Ramos (2013) e Costa (2014) indicam que tais práticas coletivas

reduzem o estresse e fortalecem a resiliência emocional. A função dessas profissionais as coloca como verdadeiras ferramentas de escuta para os enlutados,

muitas vezes sobrecarregadas pelo peso da dor alheia ao mesmo tempo em que

enfrentam seus próprios sentimentos. A roda de conversa pode ser um importante

espaço de cuidado, favorecendo o autocuidado, a empatia e a gestão do estresse para a manutenção de sua saúde mental. O projeto objetiva ampliar a compreensão sobre as necessidades emocionais dessas profissionais e demonstrar a eficácia de

intervenções grupais na promoção da saúde mental no contexto de velórios.

Objetivos

Objetivo geral

Criar um espaço seguro e reflexivo para que as agentes de velório da AFAGU compartilhem experiências, discutam desafios emocionais e profissionais.

Objetivos específicos

- Fortalecer habilidades relacionadas ao cuidado com as famílias enlutadas e ao manejo de suas próprias emoções.
- Promover o compartilhamento de experiências sobre o trabalho em velórios;

- Explorar formas de autocuidado emocional para as agentes de velório.

Metodologia

A metodologia do projeto foi definida a partir dos objetivos propostos, tendo sido realizado uma roda de conversa em um local tranquilo e confortável, com as

cadeiras dispostas em círculo para estimular a interação entre as participantes e

garantir a privacidade necessária para que se sentissem à vontade para falar.

A atividade foi dividida em etapas que começaram com o acolhimento, onde as participantes se apresentaram e compartilharam uma palavra que representasse

seus sentimentos naquele momento, além de receberem orientações sobre o propósito da roda e as regras de respeito e sigilo. Em seguida, ocorreu a etapa de compartilhamento, com perguntas abertas para que as profissionais expressassem os desafios e experiências marcantes, mediadas pela escuta ativa, a fim de garantir que todas tivessem voz e evitar julgamentos. Posteriormente, desenvolveu-se a etapa de reflexão e discussão, abordando temas centrais como estratégias de acolhimento às famílias enlutadas, os impactos emocionais do trabalho e o papel social das assistentes.

A condução incluiu com a aplicação do Diário das Emoções. O encontro foi encerrado com um resumo dos principais pontos discutidos, sugestões de ações

pequenas e concretas para serem implementadas no dia a dia e um momento de

agradecimentos, no qual as participantes compartilharam impressões positivas.

Resultados e Discussão

Os resultados obtidos a partir da roda de conversa evidenciaram o impacto positivo da intervenção sobre o bem-estar emocional das assistentes de velório participantes. Durante o encontro, observou-se um elevado nível de engajamento e

abertura para o compartilhamento de vivências, demonstrando a efetividade do

formato grupal como estratégia de escuta e apoio mútuo. As falas das participantes

revelaram sentimentos de acolhimento, compreensão e pertencimento, destacando

a importância de espaços institucionais voltados à saúde mental no ambiente funerário.

A análise qualitativa das discussões indicou que a maioria das assistentes relatou redução da sensação de isolamento e aumento da percepção de valorização

profissional, fatores essenciais para o fortalecimento de sua identidade ocupacional.

Houve relatos de alívio emocional ao reconhecer que os desafios enfrentados eram

comuns, o que contribuiu para a diminuição de sentimentos de impotência e sobrecarga. A prática do Diário das Emoções também foi apontada como um recurso eficaz para o autoconhecimento e para o monitoramento dos próprios estados emocionais, fomentando a autorreflexão e o autocuidado.

Em síntese, a experiência revelou que o fortalecimento dos vínculos interpessoais e a promoção de um ambiente reflexivo contribuíram significativamente para o bem-estar das assistentes de velório. Ao proporcionar um espaço de fala, escuta e reconhecimento mútuo, a intervenção reafirmou a necessidade de programas institucionais permanentes de cuidado psicológico para profissionais que lidam cotidianamente com a morte e o luto.

Conclusão

O projeto proposto, fundamentado em uma roda de conversa, apresentou

uma abordagem eficaz e acessível para atender àquela necessidade, proporcionando um ambiente reflexivo e participativo. Essa intervenção evidenciou o papel das práticas coletivas no fortalecimento dos vínculos interpessoais e no suporte emocional, corroborando com as discussões presentes na literatura organizacional e na psicologia do trabalho. Além disso, destacou a importância de se reconhecer a complexidade emocional do trabalho das assistentes de velório e de se promover estratégias que

favorecessem seu equilíbrio mental, aspecto vital para o desempenho saudável de suas funções.

Ao integrar momentos de partilha, reflexão e encaminhamento, a roda de conversa não apenas contribuiu para a diminuição dos impactos negativos do luto e da dor alheia, mas também fortaleceu a capacidade dessas profissionais de estabelecer limites emocionais saudáveis, prevenindo o risco de esgotamento. Enfatizou-se, ainda, a necessidade de suporte contínuo e especializado quando era identificado sofrimento mais severo, assegurando que as assistentes tivessem acesso a recursos terapêuticos adequados.

Em síntese, a intervenção proposta representou uma resposta concreta e humanizada às demandas emocionais das assistentes de velório, promovendo saúde mental e qualidade de vida no ambiente de trabalho. Fomentou-se a valorização dessas profissionais e a importância do cuidado psicológico institucional, apontando para uma cultura organizacional mais sensível e atenta às necessidades humanas emergentes naquele contexto profissional desafiador.

Palavras-chave: luto; assistente de velório; acolhimento; apoio emocional; psicologia organizacional e do trabalho.